



www.cottoecrudo.it
Trova e carica le migliori ricette

Cucina tradizionale *Quaderni della nonna* *Ricette regionali*

70 specialità
della
tradizione

Orecchiette alle cime di rapa

Tutti i piatti più noti del nostro bel paese



LA LETTIERA PER GATTI 100% MAIS ITALIANO NATURALE E VEGETALE

MADE IN ITALY

monge®

EASY
GREEN

LA TROVI SOLO NEI PET SHOP
E NEI NEGOZI SPECIALIZZATI





COTTO & CRUDO.it

by Sprea food

Vuoi vedere le tue ricette
pubblicate sulla tua rivista preferita?

Bastano pochi, semplici passaggi:
Realizza un piatto, fotografa tutti i passaggi,
dalla preparazione sino all'impiattamento
e carica sul nostro sito www.cottoecrudo.it

Le più belle e, soprattutto, le più gustose, saranno
selezionate per essere
pubblicate sui nostri giornali.

COSA ASPETTI? METTITI SUBITO ALL'OPERA

Scansiona il QR Code



Sommario agosto-settembre

Ricette Regionali



Antipasti

Cuculli liguri	9
Melanzane sott'olio	10
Vitello tonnato	11
Mozzarella in carrozza	12
Friselle	13
Cazzilli palermitani	14
Crostini toscani	15
Olive all'ascolana	16
Sarde in saor	17
Giardiniera	18
Erbazzone	19
Schiacciata toscana	20
Alici a beccafico	21
Torta rustica napoletana	22
Sciatt valtellinesi	23
	24



Primi	25
Pancotto	26
Orecchiette pugliesi alle cime di rapa	27
Gnocchetti sardi alla campidanese	28
Spätzle agli spinaci con burro e salvia	29
Jota friulana	30
Pizza di scarola	31
Pappardelle al cinghiale	32
Bigoli in salsa veneta	33
Gnocchi di patate alla sorrentina	34
Pansotti alle noci	35
Risotto al barolo	36
Pici all'aglione	37
Zuppa alla pavese	38
Tagliatelle al ragù bolognese	39



Secondi	41
Baccalà alla vicentina	42
Saltimbocca alla romana	43
Caciucco	44
Fegato alla veneziana	45

Oltre 70 preparazioni in giro per l'Italia



Aragosta alla catalana	46
Polpette alla napoletana	47
Pollo alla cacciatora	48
Sfornato di caciocavallo	49
Peposo dell'Impruneta	50
Calamari ripieni alla griglia	51
Bracirole al sugo	52
Merluzzo alla calabrese	53
Cotolette alla milanese	54

Contorni

Carciofi alla giudia	55
Frico di patate e montasio	56
Cuori di porro	57
Gateau di patate	58
Purè di fave e cicoria	59
Lampascioni fritti	60
Rotolini di peperone	61
	62

Ciambotta	63
Cipolline borettane in agrodolce	64
Catalogna piccante al cartoccio	65
Zucchine alla scapece	66

Dolci

Migliaccio napoletano	67
Sfince di San Giuseppe	68
Zuppa inglese	69
Torta sarda con mele e ricotta	70
Cannoli alla ricotta	71
Ricciarelli senesi	72
Tortine veneziane mignon	73
Sbrisolona	74
Amorpolenta	75
Panone bolognese	76
Fave triestine	77
Bonet	78
Baicoli veneziani	79
Kranz	80
	81



NOI RISPETTIAMO L'AMBIENTE!

Cucina Tradizionale viene stampata su carta certificata PEFC, proveniente da piantumazioni a riforestazione programmata (e perciò gestite in maniera sostenibile!)

Il prossimo numero
esce il 15 settembre



PARTECIPA AL CONTEST!

di Cotto e Crudo

Il nostro sito **Cotto&Crudo.it** è il portale delle tue ricette. Ogni mese mettiamo alla prova le tue doti da chef sfidandoti con i **nostri contest a tema**. Scoprili sul sito e **partecipa anche tu**. Le ricette più cliccate **verranno pubblicate** sulle nostre numerose testate di cucina! In palio per i vincitori anche il pratico grembiule firmato Cotto&Crudo.it!



COME *caricare* LE RICETTE

Caricare la tua ricetta è ancora più semplice e veloce con l'*Invio Semplificato*, bastano 3 mosse:

1) Collegati al nostro sito e manda la tua ricetta con "invio semplificato" in pochi minuti.

2) Carica il documento di testo con ingredienti, dosi e procedimento della tua ricetta oppure compila i box.

3) Inserisci l'immagine del piatto e clicca INVIA!

INVIO RICETTE SEMPLICE

NOME E COGNOME*:

EMAIL*:

TITOLO RICETTA:

INGREDIENTI E DOSI:

PREPARAZIONE:

ALLEGA FOTO* (INVIA ALMENO UNA FOTO DELLA TUA RICETTA):

(SCEGLI UN'IMMAGINE RAPPRESENTATIVA E DI BUONA QUALITÀ MAX 8 MB)

Scegli file Nessun file selezionato
Scegli file Nessun file selezionato
Scegli file Nessun file selezionato

OPPURE, SE SEI PIU' COMODO ALLEGA LA TUA RICETTA IN WORD:

Scegli file Nessun file selezionato

PARTECIPO AL CONTEST

(* CAMPI OBBLIGATORI)

INVIA

Inserisci il tuo nome e cognome

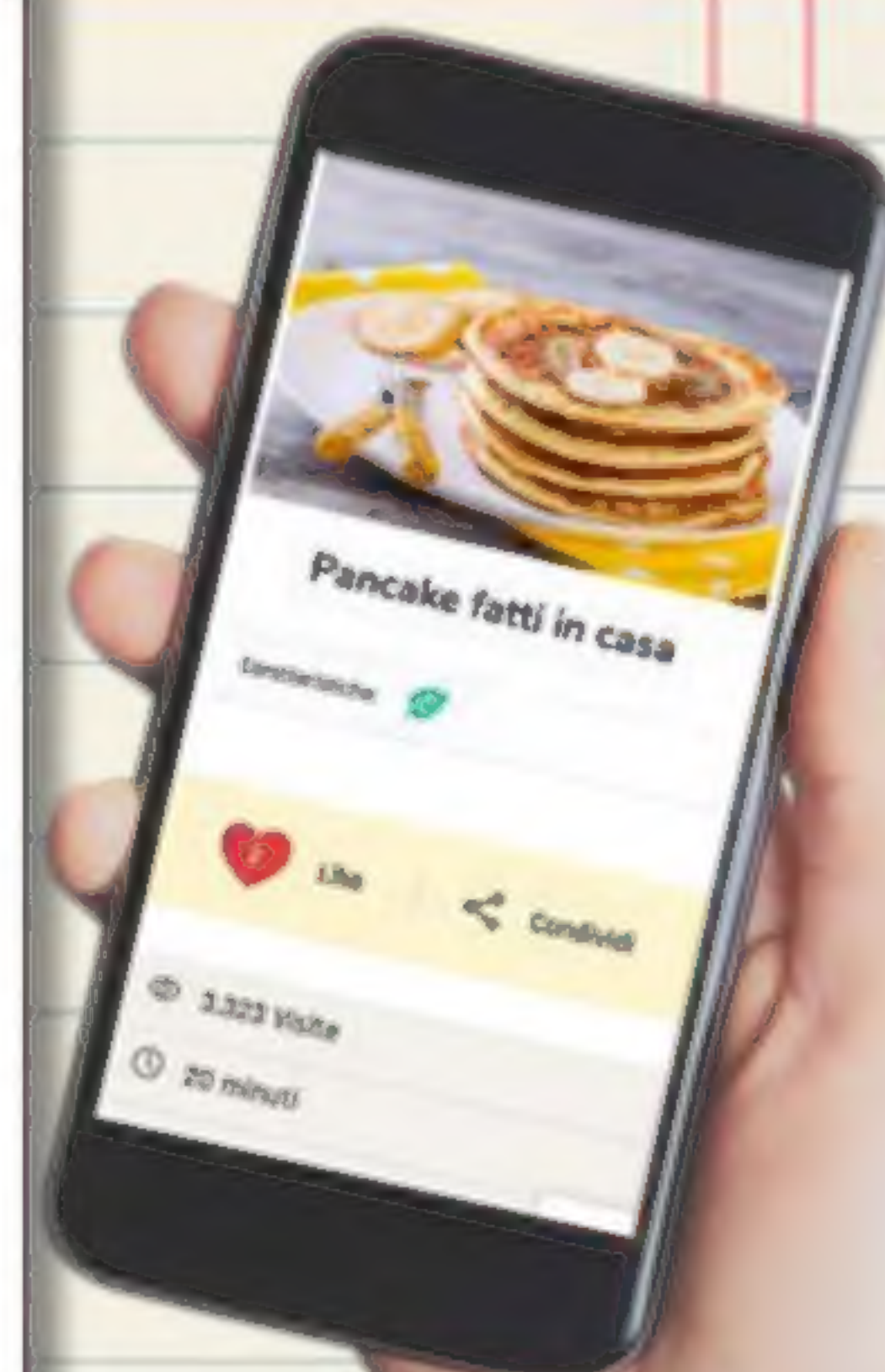
Inserisci la tua mail

Scegli il nome per la tua ricetta

Indica ingredienti e dosi della ricetta

Aggiungi la descrizione della tua ricetta, elencando i passaggi

Carica le foto in .jpg o .png e in alta definizione



Scansiona il QRcode per accedere direttamente al sito.

Le ricette dei nostri lettori

Questo mese dal sito di **cottoecrudo.it** abbiamo selezionato alcune originali idee che ci avete inviato, e ora prendendo spunto da **Simone Mesiano** realizzate le vostre ricette.



Su ciascun numero di **Cucina tradizionale** pubblichiamo le ricette più votate inviate al nostro sito **cottoecrudo.it**: una vera e propria comunità virtuale di appassionati della buona cucina, che vogliono condividere le loro prelibatezze.

Canederli

di Simone Mesiano
cotto&crudo.it



per
4 persone

Per il consommé: 200/250 g di scaramella o biancostato, 2 gambi di sedano, 2 carote, 2 cipolle bianche, 200 g di polpa di carne tritata di manzo, 1 pomodoro, 2 porri, 3 albumi, 30 g di prezzemolo, pepe e sale q.b., **Per i canederli:** 250 g di speck, 5 cucchiaini di farina, 2 uova, 250 g di pane del giorno prima, 2 dl di latte intero, 70 g di erba cipollina

Prepariamo il brodo di carne la sera prima. In un pentolone lasciamo sobbollire per 1 ora 1,5 litri d'acqua con la scaramella.

Tagliamo a tocchetti le verdure e mettiamole nel brodo con del prezzemolo tritato e cuociamo 1 ora. Il mattino dopo filtriamo con un passino. Facciamo riscaldare.

Amalgamiamo 3 albumi con la carne tritata, come se dovessimo fare delle polpette, senza salare. Creiamo un vortice nel brodo e tuffiamo al centro il

composto, giriamo senza far attaccare sul fondo. Appena sale in superficie una sorte di "schiumetta" buttiamola via.

Ora, adagiamo un canovaccio sopra alla pentola e lo andremo

a filtrare in un'altra pentola; saliamo e pepiamo.

Per i canederli tagliamo lo speck a piccoli pezzi e passiamolo in padella per 5 minuti.

In una ciotola uniamo il pane a cubetti piccoli, le uova, la farina setacciata, il latte e lo speck per ultimo. Mescoliamo e saliamo. Nel frattempo mettiamo dell'acqua calda in una pentola e portiamo ad ebollizione.

Accendete il consommé.

Prepariamo tutti i canederli ed uno alla volta

li andremo a mettere in acqua per circa 30 secondi e con una schiumarola li adageremo nel consommé caldo. Lasciamo cuocere il tutto per circa 15 min.

Serviamoli caldi con una manciata di erba cipollina sopra.



Antipasti



Semplici o complessi, di terra o di mare, gli antipasti regionali italiani sono capaci di risvegliare l'appetito portando in tavola le primizie e i prodotti d'eccellenza del nostro territorio. Viaggiamo insieme da Nord a Sud, isole comprese, per un inizio pasto da vero gourmet.

Cuculli liguri

per
4 persone

1 kg di patate, 20 g di pinoli, 30 g di Parmigiano grattugiato, 100 g di pangrattato, 100 g di burro, olio di semi di arachidi per friggere, 3 uova, maggiorana q.b., pepe in grani q.b., sale q.b.

Laviamo le patate e facciamo lessare per 40-45 minuti in abbondante acqua bollente, scoliamole, peliamole a passiamole in uno schiacciapatate raccogliendole in una ciotola.

Ammorbidiamo il burro a temperatura ambiente, rendiamolo a pezzetti e uniamolo, poco per volta, alle patate amalgamando bene con un cucchiaino di legno in modo da ottenere un composto omogeneo e filante.

Aggiungiamo i pinoli tritati grossolanamente, un pizzico di maggiorana, sale e una spolverata di pepe, poi incorporiamo i tuorli, uno alla volta, tenendo da parte gli albumi.

Aggiungiamo il Parmigiano grattugiato e mescoliamo.

Utilizzando un cucchiaino con il composto di patate formiamo tante palline, passiamole prima negli albumi sbattuti e, poi, nel pangrattato.

Friggiamo i cuculli in olio caldo, quindi sgoccioliamoli con un ragno e asciughamoli su carta assorbente da cucina dall'olio in eccesso.

Serviamo caldi e croccanti.

da riciclare



I cuculli sono una preparazione tradizionale di Genova che deve il suo nome alla forma che ricorda quella dei bozzoli del baco da seta (coccoli). Si gustano nelle osterie e friggitorie del centro storico, sempre serviti nel tipico cartoccio detto "peppià".

Melanzane sott'olio

per
4 persone

1 kg di melanzane lunghe, 3 pomodori ramati, 4 spicchi d'aglio, 4 peperoncini rossi,
1 l di aceto bianco, 1 l e ½ d'acqua, olio extravergine d'oliva q.b., 10 foglioline di menta fresca,
sale grosso q.b.

Stucciamo le melanzane e
tagliamole a tocchetti della stessa
dimensione, sistemiamole in una terrina
e cospargiamole con il sale grosso.

Lasciamole riposare per circa 8 ore.

Trascorso il tempo di riposo
scoliamole dall'acqua
che avranno rilasciato e
strizziamole. Portiamo ad
ebollizione l'acqua con l'aceto
e cuociamo le melanzane
per 4 minuti. Lasciamole
raffreddare e strizziamole
nuovamente.

Laviamo e tagliamo a
pezzetti l'aglio, la menta, i
peperoncini e i pomodori e
amalgamiamoli insieme alle
melanzane.

Sterilizziamo i vasetti
di vetro e sistemiamo le
melanzane condite al loro
interno.

Aggiungiamo l'olio
extravergine fino quasi
all'orlo dei vasetti e

chiudiamo con i rispettivi tappi.

Serviamo le melanzane sott'olio
come antipasto o per farcire delle
bruschette di pane.



Vitello tonnato

per
4 persone

600 g di girello di vitello, 200 g di tonno sott'olio, 2 accinghe sotto sale, 10 g di capperi, 3 uova sode, ½ litro di vino bianco secco, olio d'oliva e aceto balsamico q.b., 1 cipolla, 1 ciuffo di rosmarino, 1 carota, 1 gambo di sedano, chiodi di garofano q.b., sale q.b.

In una casseruola mettiamo la carne, la carota, il rosmarino, la cipolla, il sedano, i chiodi di garofano, il sale e un filo d'olio. Bagniamo con il vino e mezzo bicchiere d'acqua.

Cuociamo il tutto per circa 90 minuti.

A parte prepariamo la salsa mettendo in una ciotola il tonno sbriciolato,

le uova tagliate a pezzetti, i capperi, le accinghe, un cucchiaino d'aceto e 3 cucchiaini d'olio.

Con l'aiuto di un frullatore, amalgamiamo tutti gli ingredienti per ottenere una crema liscia e omogenea.

Se il composto risulta denso aggiungiamo un po' di brodo di cottura.

Una volta cotta la carne, lasciamola raffreddare poi tagliamola a fettine sottili che copriremo con la salsa tonnata. È un piatto che va servito freddo o tiepido con l'aggiunta di qualche capperi.

da ricordare



Lo si chiama anche "vitel tonnè" ma non è un piatto francese bensì è una antica ricetta piemontese, nata probabilmente nel Cuneese all'inizio del XVIII secolo. Servito nelle osterie insieme ai ricchi antipasti piemontesi, oggi è diventato un classico goloso per i convivi delle feste.

Mozzarella in carrozza

per
4 persone

8 fette di pane in cassetta, 80 g di prosciutto cotto a fette, 1 mozzarella di bufala campana
qualche foglia di basilico, 2 uova, latte q. b., pangrattato q. b., olio di semi di arachide
4 pomodori secchi

Tagliamo i bordi del pane in cassetta ricavando 8 quadrati. Tagliamo anche la mozzarella in fette dello spessore di mezzo centimetro e adagiamone due sopra ognuna delle quattro fette di pane.

Condiamo con il basilico spezzettato, il prosciutto cotto e i pomodori secchi a dadini.

Chiudiamo i panini con le altre 4 fette di pane e passiamone i bordi in un poco di latte, poi tuffiamoli per intero nelle uova sbattute.

Passiamoli nel pangrattato

compattandoli bene con le mani e facendolo aderire perfettamente su tutti i lati del panino.

Cuociamo in abbondante olio di semi di arachide a 230° C e serviamo la mozzarella "in carrozza" subito ben calda e fumante.

da riciclare

L'appellativo di questo irresistibile antipasto napoletano deriva dal fatto che, un tempo, la mozzarella era racchiusa tra due fette di pane rotonde, così che il risultato finale ricordava le ruote di una carrozza. Da quando è stato commercializzato il pane in cassetta si è perso l'aspetto originario ma non il gusto.



Friselle

per
4 persone

500 g di farina di grano duro, 250 ml di acqua tiepida, 50 ml di olio extra vergine di oliva
10 g di lievito di birra fresco, 10 g di sale, 1 cucchiaino di malto d'orzo, 1 cucchiaino di zucchero
Per condire: alici marinate, pomodori e basilico

Sciogliamo il lievito nell'acqua.

In una ciotola versiamo la farina, l'olio, lo zucchero, il malto e l'acqua con il lievito aggiungendone poca alla volta. Amalgamiamo gli ingredienti e uniamo il sale.

Impastiamo lungamente fino ad ottenere un impasto liscio, omogeneo ed elastico.

Formiamo un paretto, poniamolo in una ciotola, copriamo con pellicola trasparente e facciamo lievitare per un'ora o fino al raddoppio del volume.

Dividiamo l'impasto in palline di circa 120 g ciascuna.

Da ognuna ricaviamo dei cordoncini lunghi 20 cm per un diametro di 3-4 cm, chiudiamoli a cerchio sovrapponendo le due estremità.

Poniamo le ciambelle ottenute su una teglia foderata di carta forno ben distanziate e lasciamo lievitare fino al raddoppio.

Mettiamo in forno già caldo a 200°C per 10 minuti, sforniamole, facciamole raffreddare e tagliamole

orizzontalmente in due.

Rimettiamole nella teglia con la parte tagliata in alto e inforniamole nuovamente a 160°C per circa 40 minuti.

Prima di condirle bagniamole velocemente sotto l'acqua e facciamole a piacere con una dadolata di pomodori, basilico e filetti di alici marinate.



Cazzilli palermitani

per
4 persone

1 kg di patate vecchie o rosse, 1 spicchio d'aglio, 1 ciuffo di prezzemolo, 1 uovo,
1 cucchiaino di caciocavallo grattugiato, farina q.b., olio EVO q.b., sale q.b., pepe q.b.

Lessiamo le patate in acqua salata,
scoliamole e lasciamole completamente
raffreddare.

Peliamole e schiacciamole con lo
schiacciapatate per ottenere una purea
fine e senza grumi.

Uniamo il sale, il pepe, il prezzemolo
tritato, l'uovo, il caciocavallo e l'aglio
tritato.

Amalgamiamo fino a rendere omogeneo
il composto.

Ungiamoci le mani con l'olio d'oliva

e formiamo le crocchette fino a terminare
l'impasto.

Passiamole nella farina e
riponiamole in frigorifero a solidificare
per almeno 1 ora.

Friggiamo i cazzilli in abbondante
olio, scoliamoli su carta assorbente per
eliminare l'olio in eccesso e serviamoli caldi.

Abbinati alle panelle e conditi con un po'
di succo di limone, i cazzilli sono il ripieno
della muffoletta, uno dei panini da strada più
amati nelle vie di Palermo, tra i capisaldi della
rosteria siciliana.



da ricordare

Crostini toscani

per
4 persone

500 g di fegatini di pollo, 1 noce di burro, 250 ml brodo di pollo o carne, 2 carote, 1 costa di sedano, 1 cipolla, 1 spicchio di aglio, 1 bicchiere di vino bianco, 4 filetti di acciughe o pasta di acciughe, 1 cucchiaino di capperi sotto sale, olio extra vergine di oliva q.b.

Tagliamo i fegatini di pollo a pezzetti e teniamoli da parte.

Su un tagliere prepariamo un trito piuttosto fine con le carote, il sedano, la cipolla e l'aglio e poi lo facciamo soffriggere in due cucchiaini di olio extra vergine di oliva, fino a far imbiondire le verdure.

Aggiungiamo i fegatini di pollo precedentemente sminuzzati e facciamo

rosolare, sfumando con il vino bianco e poi con il brodo di carne per 30 minuti.

Una volta terminata la cottura della carne, frulliamola per pochi secondi insieme ai capperi, già lavati e asciugati, le acciughe, il trito di verdure e una noce di burro.

Spalmiamo la crema ottenuta su fette di pane caldo tostato.

da ricordare



Olive all'ascolana

per
6 persone

500 g di olive ascolane del Piceno DOP, 150 g di carne trita di maiale, 150 g carne trita di manzo, 150 g carne trita di pollo, 3 uova, 1 cipolla, 1 carota, 1 gambo di sedano, 2 cucchiaini di pangrattato+ quello per la panatura, 40 g di grana grattugiato, 20 g di pecorino grattugiato, noce moscata in polvere q.b., scorza di 1 limone, 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro, ½ bicchiere di vino bianco, farina q.b., olio extravergine d'oliva q.b., sale e pepe q.b.

Tritiamo la cipolla, il sedano e la carota già mondati e soffriggiamoli in 3 cucchiaini d'olio.

Aggiungiamo le carni e rosoliamole bene. Saliamo, pepiamo e sfumiamo con ½ bicchiere di vino, uniamo un cucchiaino di concentrato di pomodoro e lasciamo cuocere a fiamma dolce per 40 minuti.

Lasciamo raffreddare e frulliamo la carne con 2 cucchiaini di pangrattato, il grana grattugiato, il pecorino, 1 tuorlo, un pizzico di noce moscata, la scorza di un limone, sale e pepe.

Denoccioliamo ora le olive tagliandole a spirale, intorno al nocciolo, poi inseriamo in ognuna una pallina di ripieno, compattiamo con le mani per ridare la forma

originale alle olive, quindi infariniamole, passiamole nelle restanti uova sbattute e nel pangrattato.

Friggiamo le olive in olio bollente, scoliamole e serviamole calde o tiepide.

Nate intorno al 1800 le olive ascolane sono una delle specialità più conosciute del territorio Piceno. La loro origine si ascrive alla necessità di consumare le regalie di carne che i contadini offrivano ai nobili proprietari terrieri.



Sarde in saor

per
4 persone

500 g di sarde fresche, 1 kg di cipolle bianche di Chioggia, 8 dl di aceto bianco, 50 g di pinoli, 50 g di uvetta, 100 g di farina 00, 200 g di olio d'oliva, 15 g di sale

Puliamo le sarde eliminando la testa e l'intestino, apriamole a libro e togliamo le lisce. Laviamole sotto l'acqua fredda, asciugiamole, infariniamole leggermente e frigghiamole nell'olio molto caldo.

Togliamo con il mestolo forato non appena dorate su entrambi i lati e bacciamole asciugare su carta assorbente.

Sbucciamo e affettiamo le cipolle, soffrigghiamole in una padella con qualche cucchiaino di olio caldo a fuoco molto moderato. Versiamo l'aceto e lasciamolo sobbollire per qualche minuto, quindi togliamo dal fuoco.

Creiamo uno strato di sarde in una terrina non troppo grande, saliamole leggermente.

Disponiamo sopra le sarde una parte delle cipolle sgocciolate, bagniamo con un po' di aceto caldo, cospargiamo con pinoli e con l'uvetta, precedentemente ammollata in acqua tiepida e ben strizzata, e proseguiamo così a strati.

Infine, versiamo tutto l'aceto rimasto per coprire completamente i pesci.

Chiudiamo la terrina con della pellicola trasparente e lasciamo marinare le sarde

in un luogo fresco almeno per un giorno prima di servire.

da ricordare



Il "saor" è letteralmente il sapore che viene a crearsi nella proporzione di 2:1 tra cipolle e pesce. L'antica ricetta veneziana nacque attorno al 1300 quando, in assenza di frigoriferi, l'aceto era utilizzato come ingrediente per conservare il più a lungo possibile i pesci più piccoli.

Giardiniera

per
6 persone

300 g di carote, 300 g di sedano bianco, 400 g di cavolfiori, 350 g di peperoni rossi
350 g di peperoni gialli, 3 foglie di alloro, 3 g di pepe nero in grani, 10 g di sale grosso
50 cl di olio extravergine di oliva, 1,5 l di aceto di vino bianco

Laviamo tutte le verdure sotto

l'acqua corrente, e puliamole.

Riduciamo il sedano a cubetti piccoli e regolari; tagliamo a metà i peperoni e ne eliminiamo le nervature e i semi interni, poi li tagliamo come il sedano.

Con un coltellino tagliamo in piccoli pezzi tutte le cime dei cavolfiori; spuntiamo le carote, peliamole tagliamole anch'esse a cubetti.

Teniamo le verdure in recipienti separati e a parte, in una pentola capiente, portiamo a bollore l'aceto di vino bianco con le foglie di alloro, aggiungiamo il sale grosso e i grani di pepe nero, poi buttiamo per prime le carote e lasciamole cuocere per 2 minuti; aggiungiamo i cavolfiori, cuociamo per altri 3 minuti e, infine, inseriamo anche i pezzi di peperoni e il sedano.

Continuiamo la cottura in aceto bollente per altri 5 minuti, poi scoliamo tutte le verdure, aiutandoci con uno scolapasta.

Versiamo le verdure sopra un panno

asciutto da cucina e lasciamole asciugare per almeno 3 ore, cambiando almeno 2 volte il panno.

Prendiamo i nostri barattoli di vetro sterilizzati, aggiungiamo un filo di olio sul fondo e riempiamoli con un mix di verdure.

Copriamo bene tutte le verdure con l'olio fin quasi all'orlo dei contenitori, poi chiudiamo con i coperchi ermetici e lasciamo riposare in un ambiente buio e fresco per almeno 30 giorni prima di consumare la giardiniera sott'olio.

da ricordare



Erbazzone

per
6 persone

Per la sfoglia: 500 g di farina, 30 g di burro, 250 ml di acqua frizzante, sale q.b.

Per il ripieno: 1 kg di bietole, 400 g di spinaci, 2 porri, 1 spicchio d'aglio, 80 g di lardo, prezzemolo q.b., olio extravergine d'oliva q.b., Parmigiano grattugiato q.b., sale e pepe q.b.

Prepariamo la sfoglia: disponiamo la farina a fontana su una spianatoia, versiamo al centro il burro tagliato a pezzetti, un pizzico di sale, l'acqua frizzante e lavoriamo l'impasto fino a quando non diventa liscio ed elastico.

Trasferiamo il tutto in una ciotola, copriamo con un canovaccio e facciamo riposare per 1 ora circa.

Nel frattempo tagliamo il lardo a pezzetti e rosoliamolo in una padella con un filo d'olio insieme ai porri e a uno

spicchio d'aglio finemente tritati.

Tagliamo gli spinaci e le bietole già mondati a listarelle, versiamo nella padella e cuociamoli per 10 minuti circa.

Saliamo e pepiamo a piacere e incorporiamo il Parmigiano grattugiato e il prezzemolo tritato.

Amalgamiamo il tutto fino ad ottenere un composto omogeneo.

Dividiamo la pasta in 2 parti uguali e stendiamole con un mattarello per ricavare 2 sfoglie sottili.

Rivestiamo una teglia

con la carta da forno e adagiamoci sopra una delle sfoglie. Versiamo all'interno il ripieno e chiudiamo con il secondo disco di pasta.

Sigilliamo bene i bordi e punghiamo la sfoglia con i rebbi di una forchetta.

Cuociamo l'erbazzone in forno preriscaldato a 180°C per 45 minuti circa. Facciamo intiepidire prima di servire.

da ricominciare



Schiacciata toscana

per
4 persone

200 g di farina bianca 00, 300 g di acqua tiepida, 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
4 cucchiaini di olio di semi di mais, 1 rametto di timo fresco, 1 cucchiaino di sale grosso

In una ciotola capiente setacciamo la farina, uniamo l'olio di semi e quello d'oliva poco alla volta, mescolando con una frusta per evitare la formazione di grumi.

Versiamo l'acqua tiepida a filo e continuiamo a mescolare. Impastiamo il composto con la punta delle dita sino ad amalgamare bene gli ingredienti.

Portiamo l'impasto su una spianatoia leggermente infarinata e lavoriamolo energicamente per qualche minuto con il palmo della mano fino a ottenere un composto compatto e omogeneo.

Formiamo una palla, avvolgiamola nella pellicola trasparente e lasciamola riposare in frigorifero per 15 minuti.

Suddividiamo la pasta in panetti e tiriamoli sottili con un mattarello infarinato.

Pratichiamo dei piccoli fori sulle sfoglie e mettiamole su una teglia rivestita di carta

da forno; distribuiamo sulla superficie il sale grosso e il timo fresco.

Inforniamo a 220°C per 5 o 6 minuti.

L'eccelsa qualità dell'olio ha fomentato le tante varianti di "schiaccia" in tutta la regione Toscana. Oltre 600 sono infatti i nomi attribuiti a questo prodotto che un tempo serviva anche a verificare la temperatura del forno prima di cuocere il pane.



Alici a beccafico

per
5 persone

1 kg di alici, 400 g di pangrattato, 130 g di pinoli, 120 g di capperi, 10 foglie di alloro, 100 g di pecorino o Parmigiano grattugiato, 30 g di uvetta, 2 cucchiaini di zucchero, 2 limoni, 2 spicchi d'aglio, scorza di 1 arancia, prezzemolo q.b., olio extravergine d'oliva q.b., sale q.b.

Puliamo le alici, eliminiamo le interiora, la testa e la lisca interna.

Laviamo delicatamente le alici sotto l'acqua corrente e asciugiamole.

In una padella facciamo rosolare gli spicchi d'aglio in abbondante olio extra vergine d'oliva caldo, eliminiamoli e aggiungiamo il pangrattato, facciamolo tostare e trasferiamolo in una ciotola.

Aggiungiamo al pangrattato l'uvetta precedentemente ammollata nell'acqua

e strizzata, i capperi dissalati, il formaggio grattugiato, del prezzemolo tritato, due pizzichi di sale, i pinoli, lo zucchero, la scorza grattugiata di un limone e di un'arancia.

Amalgamiamo il tutto per ottenere una farcia morbida.

Stendiamo le alici a libro e su ognuna distribuiamo un cucchiaino del composto farinoso, chiudiamo a sandwich con un'altro pesciolino e proseguiamo fino ad esaurire gli ingredienti.

Adagiamo le alici in una teglia alterandole con delle foglie di alloro.

Irroriamo con il succo del limone rimasto, cospargiamole con il pangrattato avanzato e cuociamo in forno caldo a 180°C per 15 minuti.

Beccafico è il nome di un uccellino ghiotto di brutta che veniva cacciato dai nobili siciliani per la sua pregiata carne durante il XIX secolo. Per imitare l'aristocratica pietanza, i contadini sostituirono la selvaggina con il pesce e un mix di ingredienti poveri che non richiedevano né troppi denari né battute di caccia.

da ricordare



Torta rustica napoletana

per
4 persone

Per la pasta: 500 g di farina, 100 ml di olio d'oliva, acqua q.b., sale e pepe q.b.

Per il ripieno: 100 g di salame napoletano, 100 g di prosciutto crudo, 100 g di pancetta, 100 g di pecorino, 10 uova, Parmigiano reggiano q.b., sale e pepe q.b.

Tagliamo a cubetti il salame, il prosciutto, la pancetta e il pecorino.

A parte prepariamo l'impasto lavorando la farina con l'olio, un pizzico di sale e di pepe e aggiungiamo acqua fino a ottenere un impasto della giusta consistenza.

Dividiamo la pasta in due parti e stendiamola fino ad ottenere due sfoglie sottili.

Rivestiamo una teglia circolare da circa 28 cm di diametro con la carta da forno e adagiamoci sopra uno dei due dischi.

Sbattiamo le uova in una ciotola capiente con un pizzico di sale.

Incorporiamo il Parmigiano grattugiato, pepe a piacere, i salumi e il formaggio e amalgamiamo il tutto, prima di versarlo nella teglia.

Livelliamo il ripieno di uova, formaggi e salumi, chiudiamo con il secondo disco di pasta e sigilliamo i bordi.

Cuociamo in forno preriscaldato a 200°C per 20 minuti, poi abbassiamo la temperatura a 180°C e cuociamo per altri 25 minuti.

da riciclare

La Campania è la regina delle torte rustiche da forno. Dal casatiello al tortano passando attraverso la pizza chiena possiamo continuamente riproporre queste ricette mettendo a frutto gli avanzi di salumi e formaggi per un riciclo da maestri.



Sciatt valtellinesi

per
4 persone

300 g di farina di grano saraceno, 200 g di farina 00, 300 g di formaggio casera o bitto,
½ cucchiaino di sale, acqua frizzante o birra q.b., 1 cucchiaio di grappa, olio per friggere q.b.

Scaldiamo il forno a 180°C.

Misceliamo bene con una frusta

le due farine con il sale e la grappa e aggiungiamo poco per volta l'acqua frizzante fino a ottenere un composto morbido e filante.

Uniamo il formaggio casera tagliato a cubetti da circa 2 cm di dimensione e mescoliamo il tutto. Mettiamo a riposare l'impasto per circa due ore a temperatura ambiente.

Versiamo l'olio per friggere in padella e quando è bollente immergiamo l'impasto dandogli la forma di una pallina aiutandoci con due cucchiari e facendo attenzione a includere un cubetto di formaggio in ogni porzione di pasta.

Quando gli sciatt vengono a galla dorati, scoliamoli con una schiumarola e detergiamone l'olio in eccesso prima di servirli su un letto di insalata fresca.

da ricoprire



Primi



Amati e copiati in tutto il mondo i primi piatti italiani sono il simbolo della nostra cucina e un'icona del nostro Paese. Ogni regione, se non addirittura ogni casa, vanta preparazioni profumate ed eternamente buone in cui ogni ingrediente racconta una storia, un gesto e un luogo.

Pancotto

per
4 persone

400 g di pomodori ramati, 200 g di spinaci, 250 g di pane raffermo, 1 l di brodo vegetale
4 cucchiaini di olio evo, 2 spicchi d'aglio, scamorza q.b., prezzemolo q.b., pepe q.b., sale q.b.

*Laviamo bene gli spinaci e
sgoccioliamo le foglie su un canovaccio.*

*Incidiamo la parte inferiore dei
pomodori con una croce e passiamoli per
1 minuto in acqua bollente, scoliamoli,
sbucciamoli, eliminiamo i semi e
tagliamoli a pezzetti piccoli.*

*Sbucciamo l'aglio e schiacciamolo,
tritiamo il prezzemolo e sbricioliamo
grossolanamente le fette di pane.*

*In una casseruola scaldiamo l'olio
con gli spicchi d'aglio, uniamo i pezzi
di pomodoro e un pizzico di sale;
cuociamo il sugo lasciandolo sobbollire
per 20 minuti.*

*Uniamo gli spinaci, mescoliamo e
cuociamo per altri 5 minuti; versiamo il
brodo bollente, uniamo il prezzemolo e il
pane, mescoliamo con un cucchiaino di
legno e portiamo a cottura per altri 15
minuti.*

*A fuoco spento mescoliamo
con cura finché tutto il liquido
si sarà assorbito.*

*Serviamo la zuppa calda
o tiepida con una macinata
di pepe, un filo d'olio, e la
scamorza tagliata a strisce
sottili.*



*Non è chiaro se il pancotto sia una ricetta del sud
o nord Italia, quel che è certa è la sua origine
contadina e la base di pane secco che può essere
anche prima soffritto o tostato, o ancora frullato a
seconda delle consistenze che vogliamo abbinare con
le verdure. Dalla ribollita toscana al pangalluccio
abruzzese il riciclo del pane avanzato dà vita a
zuppe dal sapore autentico e mai scontato.*

Orecchiette pugliesi alle cime di rapa

per
4 persone

350 g di orecchiette fresche pugliesi, 700 g di cime di rapa, 2 cucchiaini di ricotta stagionata grattugiata, 2 spicchi di aglio, olio evo q.b., 1 peperoncino piccante, 2 cucchiaini di aceto, sale q.b., 1 pagnotta di pane pugliese

Puliamo le cime di rapa, tagliamole a pezzetti e laviamole.

Portiamo a bollore in una pentola 4 bicchieri di acqua con 2 cucchiaini di aceto, uniamo le cime di rapa, poco sale, mettiamo il coperchio e cuociamole al dente, sgoccioliamole con un mestolo forato, conservando il liquido di cottura, passiamole sotto l'acqua fredda e scoliamole ancora.

In una pentola portiamo a bollore l'acqua di cottura delle cime di rapa tenuta da parte.

Rosoliamo l'aglio tritato in una padella con un filo di olio e il peperoncino tritato privato dei semi; facciamo sobbriggere il tutto a fuoco basso e aggiungiamo le cime di rapa.

Facciamole insaporire velocemente, mescolando e regoliamo di sale.

Immergiamo le orecchiette nell'acqua bollente, mescolando

bene per evitare che si attacchino e portiamole a cottura, mantenendole al dente.

Scoliamo le orecchiette e versiamole nella padella con le cime di rapa.

Cuociamo per 1 minuto su fuoco vivo, scuotendo energicamente la padella per il manico, cospargiamo con la ricotta, mescoliamo velocemente, togliamo dal fuoco e serviamo nel tipico pane pugliese.



Gnocchetti sardi alla campidanese

per
4 persone

400 g di pasta fresca tipo "gnocchetti sardi", 2 bustine di zafferano, 200 g di pasta di salsiccia, 500 g di pomodori freschi, 80 g di pecorino sardo grattugiato, 1 cipolla, olio extravergine d'oliva q.b., sale e pepe nero macinato q.b.

Scottiamo i pomodori in acqua bollente per 30 secondi, scoliamoli in una ciotola con acqua fredda, peliamoli e tagliamo la polpa a piccoli pezzi.

Sbucciamo e affettiamo la cipolla al velo, facciamo rosolare con olio e aggiungiamo la pasta di salsiccia, mescolando bene con un cucchiaino di legno; cuociamo a fuoco medio per 8 minuti. Aggiungiamo lo zafferano e mescoliamo accuratamente.

Uniamo il pomodoro a pezzetti e continuiamo la cottura per altri 10 minuti, a fuoco medio, mescolando di tanto in tanto.

Aggiustiamo di sale e pepe nero macinato a piacere.

Cuociamo gli gnocchetti sardi in abbondante acqua salata bollente, scoliamoli con uno scolapasta, uniamoli al sugo, e mantechiamoli con il pecorino sardo grattugiato.



I malloreddus sono un formato di pasta tipico della Sardegna. Conditi con carne, pesce o verdure venivano originariamente rigati a mano con il ciuliri, una sorta di cestino in paglia che permetteva di donare loro la caratteristica striatura e forma incava perfette per raccogliere il sugo.

ABBONATI

ALLA TUA RIVISTA PREFERITA
LA RICEVI A CASA PRIMA DELL'EDICOLA



Con l'abbonamento
cartaceo la versione
digitale è in **OMAGGIO!**

19,90€
invece di ~~23,40€~~

**DISPONIBILE ANCHE SOLO
IN VERSIONE DIGITALE**



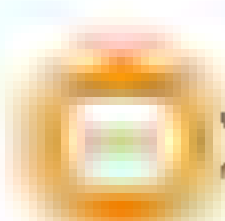
Scansiona il QrCode per abbonarti oppure contattaci



Telefono
02 87168197



online
www.spree.it



email
abbonamenti@spree.it



WhatsApp
320 6126518

Informativa ex Art. 13 LGS 196/2003. I suoi dati saranno trattati da Spree SpA, nonché dalle società con essa in rapporto di controllo e collegamento ai sensi dell'art. 2359 c.c. titolari del trattamento, per dare corso alla sua richiesta di abbonamento. A tale scopo, è indispensabile il conferimento dei dati anagrafici. Inoltre, previo suo consenso, i suoi dati potranno essere trattati dalle Titolari per le seguenti finalità: 1) Finalità di indagini di mercato e analisi di tipo statistico anche al fine di migliorare la qualità dei servizi erogati, marketing, attività promozionali, offerte commerciali anche nell'interesse di terzi; 2) Finalità connesse alla comunicazione dei suoi dati personali a soggetti operanti nei settori editoriale, largo consumo e distribuzione, vendita a distanza, arredamento, telecomunicazioni, farmaceutico, finanziario, assicurativo, automobilistico e ad enti pubblici ed Onlus, per propri utilizzi aventi le medesime finalità di cui al suddetto punto 1) e 2). Per tutte le finalità menzionate è necessario il suo esplicito consenso. Responsabile del trattamento è Spree SpA via Torino 51 20063 Cernusco SN (MI). I suoi dati saranno resi disponibili alle seguenti categorie di incaricati che li tratteranno per i suddetti fini: addetti al customer service, addetti alle attività di marketing, addetti al confezionamento. L'elenco aggiornato delle società del gruppo Spree SpA, delle altre aziende a cui saranno comunicati i suoi dati e dei responsabili potrà in qualsiasi momento essere richiesto al numero +39 0287168197 "Customer Service". Lei può in ogni momento e gratuitamente esercitare i diritti previsti dall'articolo 7 del D.Lgs. 196/03 - e cioè conoscere quali dei suoi dati vengono trattati, farli integrare, modificare o cancellare per violazione di legge, o opporsi al loro trattamento - scrivendo a Spree SpA via Torino 51 20063 Cernusco SN (MI).

Spätzle agli spinaci con burro e salvia

per
8 persone

800 g di spinaci puliti, 300 g di farina, 1 bicchiere scarso d'acqua, 2 uova,
70 g di burro, noce moscata q.b., 10 foglie di salvia, sale q.b.

Lessiamo gli spinaci in pochissima acqua per 5 minuti, poi scoliamoli, strizziamoli e tritiamoli finemente su un tagliere.

Passiamo gli spinaci al setaccio e raccogliamo la verdura in una ciotola.

Aggiungiamo l'acqua, la farina, le uova, il sale, un pizzico di noce moscata

e sbattiamo con una frusta fino a ottenere una pastella verde di media consistenza.

Lasciamo riposare per 30 minuti.

In una pentola bassa e larga

portiamo a bollore abbondante acqua salata, versiamovi la pastella attraverso un passaverdure o uno schiacciapatate a maglie larghe per formare quasi degli spaghetti che scoleremo con una schiumarola non appena vengono a galla.

Passiamoli rapidamente sotto un getto d'acqua fredda corrente e versiamoli in una padella dove avremo precedentemente fuso il burro a fiamma bassa con le foglie di salvia.

Amalgamiamo e serviamo

gli spätzle caldi, se gradite con formaggio grattugiato a piacere.

da riciclare



Questi gnocchetti di forma irregolare sono una specialità dell'Alto Adige mutuata dalla Germania dove sono consumati come contorno di carni e cacciagione, di qui il loro nome che, tradotto in italiano, significa "passerotti".

Jota friulana

per
4 persone

180 g di fagioli, 3 patate medie, 300 g di crauti, 2 foglie di alloro, 3 spicchi d'aglio,
1 cucchiaino di semi di cumino, 1 cucchiaio di farina, 300 ml di brodo vegetale
25 g di olio extravergine d'oliva, sale e pepe q.b., crostini di pane tostati q.b.

Mettiamo i fagioli in ammollo in
abbondante acqua la sera precedente alla
preparazione. Scoliamoli e cuociamoli in
acqua calda nel doppio del loro volume,
con dentro le foglie d'alloro e per circa
45 minuti.

In una casseruola a parte rosoliamo
2 spicchi d'aglio leggermente schiacciati
in un cucchiaio raso d'olio
extravergine; eliminiamo poi l'aglio,
aggiungiamo i semi di cumino
pestati nel mortaio, incorporiamo
i crauti, saliamo, pepiamo,
copriamo appena d'acqua e
facciamo cuocere a fiamma dolce
per mezz'ora.

Peliamo e tagliamo le patate
a cubetti, incorporiamole ai
fagioli, versiamo il brodo vegetale
e proseguiamo nella cottura per
altri 15 minuti, poi passiamo il
tutto nel passaverdure.

Sbucciamo e affettiamo
l'ultimo spicchio d'aglio,
rosoliamolo nell'olio rimasto,
stemperiamo la farina nel

soffritto, versiamo dentro il passato e i
crauti, giriamo bene la preparazione con
un cucchiaio di legno, regoliamo di sale e
pepe e proseguiamo nella cottura per altri
3-4 minuti mescolando spesso.

Serviamo la jota, a piacere, con
crostini o fette di pane tostati.

Questa minestra è un piatto tipico della cucina
di tutto il Friuli-Venezia Giulia, nonché di
Trieste e del litorale italiano dell'Istria dove la
si arricchisce, a volte, con costine di maiale o di
agnello. Il nome deriva dal tardo latino "jutta" che
significa brodaglia, la preparazione nasce infatti
come recupero di avanzi di fagioli e cavoli.



Pizza di scarola

per
2 persone

500 g di pasta di pane, 3 cespi di scarola, 40 g di pinoli, 40 g di uvetta, 3 accinghe salate, 20 g di capperi, 150 g di olive nere snocciolate, 1 spicchio di aglio, 7 cucchiaini di olio farina q.b., sale q.b.

Uniamo di olio la placca del forno e adagiamovi sopra la pasta lievitata stesa con il mattarello, spennelliamo con altro olio e lasciamo riposare per mezz'ora.

Facciamo rinvenire l'uvetta in acqua calda. Mondiamo la scarola, eliminando le prime foglie esterne e staccando le altre dal cespo centrale, laviamole e buttiamole in una casseruola contenente acqua bollente salata, scottiamole per 5 minuti, scoliamole, facciamole intiepidire, strizziamole e tagliuzziamole.

Laviamo le accinghe per dissalarle, spiniamole e otteniamo i filetti.

Facciamo scaldare in una padella 3 cucchiaini di olio con l'aglio tagliato

a lamelle: quando queste ultime saranno leggermente dorate, eliminiamole e versiamo i filetti di acciuga, schiacciamoli con una forchetta per scioglierli nel condimento.

Uniamo la scarola e facciamo insaporire mescolando, aggiungiamo ora l'uvetta sgocciolata, i pinoli, i capperi e amalgamiamo.

Leviamo dal fuoco e lasciamo raffreddare la preparazione.

Distribuiamo la farcia sulla pasta nello stampo, irroriamo con l'olio rimasto, spargiamo le olive snocciolate, inforniamo a 210°C e cuociamo per 25-30 minuti.

da riciclare



Pappardelle al cinghiale

per
6 persone

500 g di pappardelle, 700 g di lombata di cinghiale, 1 kg di pomodori pelati,
50 g di pancetta a dadini, $\frac{1}{2}$ l di vino rosso, olio extravergine di oliva, 1 tazza di brodo di carne,
1 cipolla, 1 cucchiaino di aceto di vino rosso, 1 costa di sedano, 3 spicchi di aglio, 1 rametto di timo,
alloro q.b., pepe in grani q.b., sale q.b.

Riduciamo il pezzo di carne di cinghiale a tocchetti e mettiamoli a marinare in una ciotola con 350 ml di vino rosso, l'aceto, $\frac{1}{2}$ cipolla tritata, metà sedano a rondelle, l'alloro, il timo e l'aglio schiacciato.

Lasciamoli in infusione per 12 ore, girandoli di tanto in tanto con un cucchiaino di legno.

Terminata la marinatura sgoccioliamo la carne e rosoliamola in una casseruola con l'olio, la pancetta, il sedano e la cipolla rimasti.

Appena sarà ben dorata, saliamo, pepiamo, uniamo il vino rimasto, i pelati e facciamo cuocere per circa 30 minuti.

A metà cottura, diluiamo, se necessario, con il brodo.

Ultimata la cottura, passiamo il sugo con un mixer dandogli la consistenza desiderata e rimettiamo a scaldare.

Ora lessiamo le

pappardelle in acqua salata, scoliamole al dente e terminiamo la cottura.

spadellandole con il sugo di carne.

Serviamo le pappardelle calde.

Classificata come carne nera, la polpa di cinghiale proviene nella maggior parte dei casi da allevamenti semi-intensivi ed è oggi spesso reperibile nei banchi dei surgelati. Marinatura, cottura lenta o in umido sono le chiavi per stemperarne il sapore selvatico e gustarne tutta la tenerezza.



da ricordare

Bigoli in salsa veneta

per
4 persone

320 g di pasta tipo bigoli, 400 g di cipolle bianche di Chioggia, 60 g di filetti di acciughe, olio extravergine d'oliva q.b., sale q.b., pepe nero macinato q.b., 1 ciuffo di prezzemolo

Con un coltello affilato eliminiamo le estremità delle cipolle, poi sbucciamole e tagliamo a fettine.

Scaldiamo un filo d'olio in una padella antiaderente e facciamo stufare le cipolle, a fuoco basso, per 10 minuti.

Mescoliamo e regoliamo di sale.

Aggiungiamo acqua calda sempre cuocendo a fuoco basso fino a che la cipolla non diventa morbida e trasparente.

Uniamo ora le acciughe sfilettate e dissalate, quindi stemperiamole bene, con

un cucchiaino di legno, nel condimento delle cipolle; mescoliamo il tutto anche schiacciando un po' le cipolle per rendere più omogenea la salsa.

Cuociamo i bigoli in una pentola con tanta acqua bollente salata, poi scoliamoli e buttiamoli nella padella con la salsa.

Mescoliamo bene sul fuoco e diamo un tocco con una macinata di pepe nero; serviamo caldo con una spolverata di prezzemolo fresco tritato.

da ricordare



Sono le cipolle bianche di Chioggia, dal caratteristico sapore dolce che ben si sposa con il pesce, il segreto di questo sugo antico e verace che veniva tradizionalmente consumato nei giorni di magro che precedono le festività cattoliche.

Gnocchi di patate alla sorrentina

per
4 persone

1 kg di patate a pasta bianca, 300 g di farina bianca, 1 uovo, ½ cipolla bianca, basilico q.b., 500 g di pomodori pelati, 400 g di mozzarella fior di latte, sale q.b., pepe q.b., olio evo q.b.

Laviamo le patate e facciamole cuocere per circa 40 minuti, con la buccia e in acqua fredda non salata. Una volta cotte, peliamole ancora calde, passiamole allo schiacciapatate e impastiamole con la farina e l'uovo.

Preleviamo un pezzetto di impasto e modelliamo un serpentello da 1 cm di spessore facendolo rotolare sulla spianatoia leggermente infarinata, poi, con il coltello, ricaviamo tanti cilindretti di 2 cm di lunghezza. **Passiamo ogni gnocco sul riga** gnocchi o sui rebbi di una forchetta e disponiamoli su un piano infarinato.

Scaldiamo a fuoco basso l'olio in una casseruola e facciamo appassire la cipolla affettata con qualche foglia di basilico. Uniamo i pomodori pelati spezzettati, regoliamo di sale e cuociamo per 10 minuti.

Cuociamo gli gnocchi in acqua bollente leggermente salata

e scoliamoli con una schiumarola man mano che vengono a galla.

Versiamoli in una pirofila e condiamoli con la salsa di pomodoro e la mozzarella tagliata a dadini.

Inforniamo per 5 minuti a 200°C in modalità grill. Sforbiamo, guarniamo con altro basilico fresco e gustiamo.



Pansotti alle noci

per
4 persone

Per la pasta: 300 g di farina 00, 100 g di vino bianco, 95 g d'acqua a temperatura ambiente

Per il ripieno: 120 g di ricotta fresca, 200 g di bietole, 200 g di spinaci, 1 uovo

40 g di Parmigiano grattugiato, olio di oliva q.b., 1 spicchio d'aglio, pepe in grani q.b., sale q.b.,

Per la crema di noci: 150 g di gherigli di noci, 50 g di panna fresca, 80 g di pane,

½ spicchio d'aglio, 1 rametto di maggiorana, Parmigiano q.b., 10 g di burro, semi di papavero q.b.

pepe in grani q.b., latte q.b., sale q.b.

Per la pasta fresca: in una ciotola versiamo la farina setacciata e un pizzico di sale. Uniamo il vino bianco e aggiungiamo anche l'acqua a temperatura ambiente. Lavoriamo gli ingredienti a mano fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Copriamo l'impasto con la pellicola e facciamo riposare 30 minuti.

Per il ripieno: scottiamo in acqua calda le bietole e gli spinaci, scoliamoli, strizziamoli e tritiamoli. In un tegame con due cucchiaini d'olio imbiondiamo uno spicchio d'aglio e aggiungiamo le verdure cotte. Facciamo raffreddare, eliminiamo l'aglio, mettiamo in una ciotola

e mescoliamo con la ricotta setacciata, l'uovo, sale, pepe e il parmigiano.

Riprendiamo la pasta e stendiamola in una sfoglia sottile, tagliamola in quadrati da circa 5 cm per lato e distribuiamo una noce di ripieno al centro. Spennelliamo con un po' d'acqua fredda il bordo dei quadrati e richiudiamo prima a triangolo, con una leggera pressione delle dita per sigillare i pansotti, e poi a raviolo, ripiegando gli angoli alla base del triangolo attorno al pollice. Teniamo i ravioli da parte, coperti e su una superficie leggermente infarinata.

Per il sugo: lasciamo in ammollo il pane in acqua e latte; con un mixer frulliamo le noci, il pane strizzato, l'aglio, la maggiorana, pepe e sale a piacere e la panna fino a ottenere una crema. Lessiamo al dente i pansotti, scoliamoli e passiamoli in padella con il burro; condiamo con la crema di noci e guarniamo con i semi di papavero.



da ricomporre

Risotto al barolo

per
4 persone

320 g di riso Carnaroli, 300 ml di barolo da 13%, 1 l di brodo di carne limpido, 80 g di burro + una noce per mantecare, $\frac{1}{2}$ cipolla, Parmigiano grattugiato q.b., sale e pepe q.b., 8 foglioline di erbe aromatiche a piacere per decorare

Mettiamo un tegame sul fuoco e facciamo sciogliere il burro.

Tritiamo la cipolla già mondata e, non appena il burro è sciolto, versiamola nella padella.

Dopo due o tre minuti, aggiungiamo il riso e facciamo tostare per alcuni minuti fino a che non risulta trasparente.

Versiamo il Barolo, giriamo con un mestolo di legno e alziamo la fiamma. Quando il vino inizia a sobbollire, abbassiamo nuovamente la fiamma e lasciamo che si assorba bene al riso.

Aggiungiamo, poco alla volta e progressivamente, il brodo e mescoliamo prima con una frusta, per favorire l'emulsione dell'amido, e poi con un cucchiaino di legno, lasciando cuocere per 20 minuti in totale. A metà cottura aggiustiamo di sale.

Una volta che il riso è cotto, spegniamo, togliamo dal fuoco

e mantechiamo con una noce di burro, una spolverata di pepe e abbondante parmigiano.

Lasciamo riposare per un minuto e serviamo caldo decorando con foglioline di erbe aromatiche a piacere.

Prima di utilizzare il vino, versiamolo in un recipiente e lasciamolo "aprire" per sprigionare tutti i suoi sentori fruttati e floreali di viola e vaniglia. La qualità del vino è infatti la chiave del successo di questo risotto prezioso nato in Piemonte e amatissimo dal primo presidente del consiglio della Repubblica Italiana, Camillo Benso conte di Cavour.



Pici all'aglione

per
4 persone

400 g di pasta tipo "Pici", 5 spicchi d'aglio grandi, 600 g di pomodoro fresco,
1 cucchiaino di aceto bianco, olio extravergine d'oliva, peperoncino q.b., sale fino q.b.

Laviamo e sbollentiamo i pomodori, peliamoli, eliminiamo i semi, tagliamoli a pezzi e riduciamoli a salsa nel passaverdura. Sbucciamo l'aglio e tagliamolo a fettine.

Scaldiamo un filo d'olio in una padella antiaderente, mettiamo l'aglio e facciamo rosolare a fuoco basso per circa 2 minuti.

Versiamo la salsa di pomodoro e mescoliamo. Regoliamo di sale, aggiungiamo il peperoncino e un cucchiaino di aceto bianco.

Cuociamo per circa 15 minuti a fuoco basso, mescolando di tanto in tanto.

Infine, lessiamo i picci in abbondante acqua bollente salata, scoliamoli e buttiamoli direttamente nella padella del sugo.

I picci sono spaghetti lunghissimi di sola acqua e farina che possiamo gustare soprattutto nella provincia senese e in Maremma. La tipica lavorazione dà, con tutta probabilità, il nome a questa pasta lunga toscana gustata sin dai tempi degli etruschi. In dialetto "appicciare" significa infatti stendere e allungare.



Zuppa alla pavese

per
2 persone

4 fette di pane, 50 g di burro, 4 uova, 60 g di Grana padano, 1 l di brodo di carne
1 ciuffo di prezzemolo

In una padella facciamo sciogliere il burro e adagiamo le fette di pane soffriggendole da entrambi i lati.

Disponiamo ora le fette di pane sul fondo delle scodelle di servizio e rompiamo in ciascuna scodella due uova facendo attenzione a non rompere il tuorlo.

Versiamo il brodo bollente in ciascuna scodella facendolo cadere lontano dai tuorli.

Lasciamo che l'albume si cucini a contatto con il brodo caldo, spolveriamo con abbondante Grana grattugiato e serviamo in tavola con qualche fogliolina di prezzemolo fresco.

Nonostante la semplicità della preparazione, sembra che questa zuppa sia stata ideata per sfamare Francesco I di Francia, approdato alla Cascina Repentita durante la battaglia di Pavia nel 1525. La leggenda narra che la colona pavese mise insieme i pochi ingredienti a sua disposizione deliziando il re che, dopo un anno di prigionia in Italia, portò in Francia questa ricetta rendendola molto popolare.



da ricordare

Tagliatelle al ragù bolognese

per
4 persone

300 g di polpa di manzo macinata grossa, 150 g di pancetta di maiale, 50 g di carota, 50 g di costa di sedano, 50 g di cipolla, 50 g di burro, 300 g di passata di pomodoro o pelati, ½ bicchiere di vino rosso, 1 bicchiere di latte intero, 1 bicchiere di brodo, (facoltativo), sale e pepe q.b., 400 g di tagliatelle fresche

In una padella capiente facciamo sciogliere la pancetta tritata finemente. *Aggiungiamo il burro* e lasciamo fondere, aggiungiamo ora il sedano, la carota e la cipolla mondati e ben tritati e lasciamo appassire per qualche minuto. *Uniamo la carne macinata* e mescoliamo con un mestolo di legno facendola rosolare finché non "sfrigola". *Il composto va ora bagnato con il vino* e mescolato delicatamente sino a quando il vino non è completamente

evaporato.

Uniamo la passata e copriamo con un coperchio.

Lasciamo sobbollire lentamente per circa 2 ore aggiungendo, all'occorrenza, del brodo. Verso la fine aggiungiamo un bicchiere di latte per mitigare l'acidità del pomodoro e aggiungere cremosità alla salsa.

Aggiustiamo infine di sale e pepe e condiamo le nostre tagliatelle cotte a parte in abbondante acqua salata.

da ricordare



Secondi



SECONDI

I piatti anticamente preparati da contadini, pescatori, manovali e allevatori sono diventati, nel tempo, un classico della tradizione culinaria regionale. Carni, pesci e formaggi sono i protagonisti di ricette gustose e sempre di moda con cui è d'obbligo misurarsi.

Baccalà alla vicentina

per
4 persone

400 g di baccalà già ammollato, 3 accinghe sott'olio, 1 spicchio d'aglio, 1 cipolla bianca grande, 1 mazzetto di prezzemolo, 3 cucchiaini di Parmigiano grattugiato, farina q.b., olio q.b., latte q.b.

Abbettiamo la cipolla e mettiamola in padella assieme a un po' di olio, lo spicchio d'aglio e una bella manciata di prezzemolo tritato.

Aggiungiamo le accinghe e lasciamo andare finché non si saranno sciolte bene e la cipolla sarà morbida.

Prendiamo i tranci di baccalà e infariniamoli. Mettiamo i tranci di baccalà, già ammollati e infarinati, nella padella con la cipolla, bacciamoli rosolare su entrambi i lati quindi aggiungiamo tre cucchiaini di Parmigiano grattugiato.

Versiamo in padella tanto latte quanto basta per ricoprire a filo i tranci di baccalà, e lasciamo cuocere per minimo 1 ora a fuoco basso, non mescolando ma spostandolo per non farlo né rompere né attaccare.

Serviamo guarnendo con ciuffi di prezzemolo.

da ricordare

Per preparare questa prelibatezza veneta possiamo rinvenire lo stoccafisso sotto sale, tenendolo a bagno per 3 giorni nel latte o, come vorrebbe la preparazione originale raccomandata dalla Confraternita del Baccalà, scegliere il baccalà essiccato all'aria. Le caratteristiche inalienabili della ricetta restano: lunga cottura, olio abbondante e di ottima qualità, non rimestare il pesce in cottura.



Saltimbocca alla romana

per
4 persone

4 fette di vitello, 4 fette di prosciutto crudo, 4 foglie di salvia, 30 g di burro,
½ bicchiere di vino bianco, 1 pizzico di sale, 1 pizzico di pepe nero macinato

Eliminiamo gli eventuali nervetti dalla carne e battiamo le fette di vitello con un batticarne dopo averla "chiusa" tra due fogli di carta forno.

Laviamo e asciugiamo la salvia facendo attenzione a non romperla.

Teniamola da parte.

Adagiamo una fetta di prosciutto su ogni fettina di carne, quindi disponiamo una foglia di salvia su ogni fettina fermando il tutto con uno stuzzicadenti.

Facciamo sciogliere il burro e, quando inizia a sobbriggere, adagiamo i saltimbocca e cuociamoli per farli rosolare un paio di minuti per ogni lato.

Una volta rosolati sfumiamo con il vino bianco e lasciamo cuocere per altri 5 minuti.

Saliamo e aggiungiamo il pepe.

Togliamo la carne dalla padella e lasciamo ridurre il fondo di cottura.

Serviamo bagnando i saltimbocca con il sughetto di cottura.



La versione romana prevede il vitello ma sono diffuse diverse varianti regionali, per esempio nelle Marche si usa il girello di manzo, altrove si aggiungono invece cipolle o carciofi alla preparazione. Il trucco per tutte queste variazioni rimane sempre quello di non cuocere troppo la carne dalla parte del prosciutto per evitare che si secchi.

Caciucco

per
6 persone

1,5 kg di pesce assortito: seppie, polpi, gallinelle, triglie, gronco, scampi, scorfanò, nasello, cicale e gamberoni 1 cipolla e $\frac{1}{2}$, 1 carota, 300 g di pomodori, 1 costa di sedano, 2 spicchi d'aglio, 1 ciuffo di prezzemolo, 1 bicchiere di vino rosso, peperoncino rosso piccante q.b., 6 fette di pane toscano, olio d'oliva e sale q.b.

da ricordare

Puliamo tutto il pesce e conserviamo le teste, che serviranno per la preparazione del brodo. Tagliamo i pesci più grandi in 2 o 3 pezzi, mentre polpi e seppie a listarelle.

Per il brodo cuociamo in acqua salata le teste, il sedano, 1 cipolla, la carota,

un ciuffo di prezzemolo e uno spicchio d'aglio. Portiamo a ebollizione e cuociamo per 30 minuti.

In una pentola di terracotta capiente, rosoliamo l'olio, la cipolla tritata finemente, aggiungiamo il prezzemolo, uno spicchio d'aglio, il peperoncino e i pomodori a pezzetti.

Quando i pomodori appassiranno aggiungiamo i polpi e le seppie. Non appena il pesce prende colore, bagniamo con il vino e con qualche mestolo di brodo.

Quando polpi e seppie saranno morbidi versiamo i pesci più grandi tagliati a pezzi e continuiamo a cuocere aggiungendo qualche mestolo di brodo.

Aggiustiamo di sale se necessario e finiamo la cottura.

Serviamo la zuppa calda accompagnata da fette di pane abbrustolito.



Fegato alla veneziana

per
4 persone

600 g di fegato di vitellone, 2 cipolle bianche grosse, 50 g di burro, 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva, 2 cucchiaini di aceto di vino bianco, 1 mazzetto di prezzemolo, 15 g di sale, pepe q.b.

Sbucciamo le cipolle e tagliamole e fettine. In una padella antiaderente mettiamo a riscaldare metà del burro e un cucchiaino di olio extravergine di oliva, uniamo le cipolle e lasciamole appassire tenendo sempre la fiamma molto bassa.

A metà cottura aggiungiamo l'aceto e lasciamolo sfumare completamente.

Laviamo il fegato e tagliamolo a striscioline lunghe circa 4 centimetri e spesse 2, lasciamole scolare in un colapasta.

In un'altra padella versiamo il resto del burro e di olio a temperatura bassa poi alziamo la fiamma e uniamo i bastoncini di fegato. Saliamo e pepiamo.

Facciamoli saltare per 5 minuti mescolando di tanto in tanto poi uniamoli alle cipolle, mescoliamo e lasciamo cuocere per altri 5 minuti.

A fine cottura aggiungiamo il prezzemolo tritato finemente.

Serviamo il fegato alla veneziana caldo accompagnato a piacere da una polenta morbida o da un puré.

Dal 1790 abbiamo notizia del "Figà àea Venessiana", come si dice in dialetto, che unisce il gusto della più nobile delle brattaglie alla dolcezza delle cipolle bianche di Chioggia. Già gli antichi romani usavano cuocere il fegato con i fichi per stemperarne il gusto.



Aragosta alla catalana

per
2 persone

1 aragosta, 8 pomodorini, 1 cipolla, 1 mazzetto di erba cipollina, $\frac{1}{2}$ bicchiere di aceto di vino bianco, 1 limone, olio extravergine d'oliva q.b., sale q.b.

da ricordare

Immobilizzata con uno spago da cucina l'aragosta, da voi o dal vostro pescivendolo di fiducia, immergiamola in una pentola piena di acqua salata bollente e facciamola cuocere per circa 20 minuti.

Il suono che sentirete in cottura non è che il bischio del vapore che fuoriesce dalla corazza.

Trascorsi 20 minuti lasciamola raffreddare in pentola e poi scoliamola.

A parte, in una ciotola, prepariamo un'emulsione mescolando energicamente il

succo di un limone, cinque cucchiaini d'olio e un pizzico di sale.

Abbettiamo sottilmente la cipolla e mettiamola a marinare nell'aceto per una decina di minuti.

Tagliamo a dadini i pomodori e teniamoli da parte.

Posiamo l'aragosta su un tagliere, sleghiamola e aiutandoci con un coltello e una forbice tagliamo a metà per il lungo, partendo dalla testa.

Eliminiamo il filo intestinale interno e le parti dure della testa, quindi

tagliamola in pezzi non troppo piccoli. Estraiamo anche la polpa delle zampe.

Ricomponiamo

l'aragosta nei piatti da portata, copriamola con i pomodori e le cipolle ben scolate e condiamo il tutto con la vinaigrette precedentemente preparata; cospargiamo infine con un trito di basilico o erba cipollina, lasciamo riposare per 4 ore e serviamo.



Polpette alla napoletana

per
4 persone

250 g di carne di manzo macinata, 150 g di carne di maiale macinata, 2 uova fresche, 150 g di pane raffermo, latte q.b., 2 spicchi di aglio, 1 cipolla, 40 g di pane grattugiato, 4 cucchiaini di olio extra vergine di oliva, 80 g Parmigiano grattugiato, 1 ciuffo di prezzemolo, 700 g di pelati o passata di pomodoro, farina q.b., qualche fogliolina di basilico, sale e pepe q.b.

In una ciotola amalgamiamo, per ottenere un composto omogeneo e denso, la carne tritata di manzo e quella di maiale, la mollica di pane bagnata nel latte e ben strizzata, le uova sgusciate, il pane grattugiato, l'aglio finemente tritato, 2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva, il sale a piacere, il prezzemolo tritato, il formaggio parmigiano ed un po' di pepe.

Facciamo riposare il composto

ottenuto per almeno 20 minuti e prepariamo il sugo: in una pentola su fuoco moderato, poniamo 2 cucchiaini di olio extra vergine d'oliva e facciamo appassire la cipolla tritata.

Aggiungiamo i pomodori pelati

sminuzzati con la forchetta, un mestolo d'acqua, un pizzico di sale e un po' di prezzemolo e basilico tritati.

Lasciamo cuocere coperto e a fuoco basso per circa 5 minuti, e durante questo lasso di tempo prendiamo l'impasto e lavoriamo con le mani una dozzina di polpette rotonde, passiamole velocemente nella farina e caliamole dentro il sugo.

Facciamo cuocere le polpette

nel sugo a fuoco lento per circa 15 minuti, lasciamole riposare nella salsa a fuoco spento per qualche minuto e poi serviamole calde.



Pollo alla cacciatora

per
4 persone

1 pollo tagliato a pezzi oppure 4 cosce e 4 sovracosce, 800 g di polpa di pomodoro,
1 cipolla dorata, 1 costa di sedano, 1 carota, 1 spicchio d'aglio, 1 bicchiere di vino rosso,
1 rametto di rosmarino, 1 ciuffo di prezzemolo, olio extravergine di oliva, sale q.b., pepe nero q.b.

Prepariamo un trito grossolano con carota, cipolla e sedano e teniamo da parte.

In una padella scaldiamo un filo d'olio con uno spicchio d'aglio in camicia e un rametto di rosmarino e mettiamo a rosolare il pollo a pezzi, cominciando dal lato della pelle.

Sigilliamo i pezzi di pollo, lasciamo colorire le carni da entrambi i lati e aggiungiamo il trito di verdure.

Saliamo e pepiamo a piacere e lasciamo insaporire.

Sfumiamo ora con il vino,

lasciamolo evaporare completamente e aggiungiamo la polpa di pomodoro.

Lasciamo cuocere coperto e a fuoco dolce per 35 minuti. Quando la polpa inizierà a staccarsi dalle ossa, il pollo è pronto. Aggiungiamo il prezzemolo fresco tritato, amalgamiamo e serviamo il pollo alla cacciatora caldo.

da ricordare



Il pollo in umido è una ricetta semplice e confortevole che si ritrova praticamente in tutte le cucine italiane dove le massaie potevano mettere insieme la cena passando tra l'orto e il pollaio. La variante "alla romana" presenta il prosciutto nel soffritto o ancora i peperoni stufati insieme al pollo. Eliminando il vino dalla nostra versione, otterremo la versione "alla fiorentina".



Manda
la tua versione
sul sito

www.cottoecrudo.it

Sformato di caciocavallo

per
4 persone

100 g di caciocavallo stagionato, 2 uova, 125 ml di panna fresca, 125 ml di latte, burro q.b., 1 pizzico di noce moscata, pepe in grani q.b., sale q.b., Per il pesto: 100 g di rucola, 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva, 2 cucchiaini di Parmigiano, timo q.b., Per decorare: 2 mazzetti di rucola, caciocavallo a riccioli

In una ciotola sbattiamo le uova con il caciocavallo grattugiato, la panna, il latte, il sale, il pepe e la noce moscata.

Laviamo la rucola, asciugiamola e mettiamola nel mixer con il Parmigiano grattugiato, l'olio e qualche foglia di timo; frulliamo fino a ottenere una crema.

Imburriamo degli stampini di carta da forno o piccoli pirex rotondi e riempiamoli per $\frac{3}{4}$ con il composto ottenuto.

Aggiungiamo un cucchiaino di pesto al centro, finiamo di riempire gli stampi con il composto, livelliamo e cuociamo in forno caldo a 180°C per 18 minuti circa.

Controlliamo la cottura con uno stecchino: se esce pulito potremo toglierli dal forno e lasciarli intiepidire.

Distribuiamo il pesto di rucola nei singoli piatti, capovolgiamo in ognuno lo stampo e decoriamo con riccioli di formaggio e foglie

Il caciocavallo è uno dei formaggi a pasta filata più famosi del Sud Italia. La sua forma è diventata un'icona di italianità mentre il suo nome ha origini misteriose. Forse perché anticamente era prodotto da latte di giumenta e trasportato per vie accidentate tanto da trasformare il latte in cacio. Una seconda ipotesi lo ascrive agli stampi a forma di cavallo che venivano impressi sui formaggi nelle dogane del Regno di Napoli.



Peposo dell'Impruneta

per
4 persone

500 g di carne di manzo dal muscolo, 200 g di brodo di carne fatto in casa,
3 bicchieri vino rosso toscano (sangiovese), 1 cipolla rossa non grande, 2 spicchi d'aglio,
2 rametti di maggiorana, grani di pepe nero q.b., olio extra vergine di oliva q.b., sale q.b.

Tagliamo la carne a dadini di 2-3 cm ed eliminiamo grasso e nervetti. Mondiamo e tagliamo al velo la cipolla e la facciamo appassire in 4 cucchiaini di olio in una pentola, possibilmente di coccio.

Aggiungiamo la carne e gli spicchi d'aglio sbucciati e tritati, facciamo soffriggere per qualche minuto, saliamo e aggiungiamo una parte del pepe in grani. Aggiungiamo 1 bicchiere di vino rosso e, sempre girando, il brodo.

Copriamo con un coperchio e lasciamo cuocere a fuoco basso girando spesso finché il brodo non si sarà asciugato.

Quando il brodo si è quasi ritirato aggiungiamo un altro bicchiere di vino, ancora pepe e facciamo evaporare il vino, poi continuiamo la cottura per circa 4 ore, aggiungendo se necessario altro brodo per mantenere la carne sempre in umido.

Assaggiamo, regoliamo di sale e uniamo l'ultimo bicchiere di vino.

Facciamo evaporare a fuoco più vivace e aggiungiamo altro pepe.

La carne deve diventare morbidissima e si dovrà spezzare senza utilizzare il coltello.

Serviamo il peposo in piccole ciotole di cotto con foglioline di maggiorana e accompagnato a piacere con fette di pane toscano abbrustolito.

da ricordare



A poco più di 20 km da Firenze sorge Impruneta, la città che con le sue fornaci contribuì a modellare i mattoni che diedero corpo alla cupola del Brunelleschi di Santa Maria del Fiore. Sembra che proprio in quelle fornaci i lavoratori misero a punto questo spezzatino con aglio, spezie e vino.

Calamari ripieni alla griglia

per
4 persone

8 calamari già eviscerati, 2 spicchi d'aglio, 4 filetti d'acciuga sott'olio, 250 g di pangrattato, la buccia di 1 limone, 1 ciuffo di prezzemolo, 100 g di Parmigiano grattugiato, 80 g di caciavallo o pecorino grattugiato, 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro, 100 g di pinoli, olio extravergine d'oliva q.b., sale q.b.

Puliamo i calamari, laviamoli e lasciamoli sgocciolare. Tagliamo i tentacoli e riduciamoli a piccoli pezzetti. In una padella con un filo d'olio facciamo sciogliere i filetti di acciuga, rimestandoli con un cucchiaino di legno e saltiamo i tentacoli a tocchetti.

In un'altra padella antiaderente tostiamo a fiamma media il pangrattato in un filo d'olio fino a renderlo dorato.

Amalgamiamo in una ciotola il pangrattato tostato con la buccia di un limone, i pinoli, qualche fogliolina di prezzemolo, l'aglio finemente tritato,

il Parmigiano e il caciocavallo grattugiati, i tentacolini già cotti, un cucchiaino di passata di pomodoro, sale a piacere e olio fino a ottenere una farcia omogenea e morbida.

Con l'aiuto di un cucchiaino

farciamo i calamari con il composto a base di pane condito.

Chiudiamo le estremità dei calamari

con due stuzzicadenti, spennelliamoli d'olio e grigliamoli su tutti i lati per 3/4 minuti.

Serviamo i calamari imbottiti caldi con una vinaigrette di olio, sale e limone d'accompagnamento.



Possiamo testare ripieni sempre diversi e personalizzare la ricetta con altre cotture: un'alternativa "da scarpetta" è quella al sugo che prevede di scottare i calamari ripieni nell'olio, sfumarli con un po' di vino e poi cuocerli più lentamente nel sugo, o ancora in forno a 200°C per circa 20 minuti.

Bracirole al sugo

per
4 persone

12 fettine di carpaccio di vitello, 100 g di mortadella, 100 g di uvetta, 700 g di passata di pomodoro, ½ bicchiere di vino bianco, 18 foglie di basilico, olio di oliva q.b., sale e pepe q.b.

Stendiamo bene le fettine di carne e su ognuna mettiamo una bella fetta di mortadella tagliata sottile. Adagiamo ora l'uvetta,

precedentemente ammollata in acqua e scolata, e una foglia di basilico spezzettata.

Richiudiamo formando un involtino

e fermiamo con uno stuzzicadenti.

In una padella antiaderente

mettiamo generoso olio

extravergine e facciamo rosolare

gli involtini a fiamma vivace da

tutti i lati, quindi sfumiamo con il

vino bianco.

Quando sarà evaporato il

vino, aggiungiamo la passata di

pomodoro, il basilico avanzato,

sale e pepe a piacere e cuociamo

per almeno 30 minuti.

Serviamo le bracirole ben

calde.



La ricetta originale barese prevede l'uso della carne di cavallo e un ripieno di prezzemolo, aglio e pecorino. La lenta cottura, insieme agli aromi rilasciati dalla carne farcita, rendono questa preparazione un condimento sontuoso anche per pasta e pane.

Merluzzo alla calabrese

per
6 persone

800 g di filetti di merluzzo, 20 g di gherigli di noce, 10 g di pecorino romano grattugiato
1 l di brodo vegetale, 4 patate, $\frac{1}{2}$ bicchiere di vino bianco secco, 3 cucchiaini di pangrattato,
4 cucchiaini di olio extravergine di oliva, 1 spicchio d'aglio, timo, prezzemolo e basilico q.b., sale q.b.

Su un tagliere riduciamo i filetti di merluzzo a pezzetti di circa 5 o 6 cm e scottiamoli nel brodo bollente per 4 o 5 minuti. Scoliamoli e disponiamoli su un piatto.

Sbucciamo le patate, tagliamole a fette, e scottiamole per 3 minuti in acqua bollente salata; scoliamole e asciugiamole con un canovaccio.

Laviamo il prezzemolo, il timo, il basilico e asciugiamoli delicatamente. Poniamo il prezzemolo e l'aglio in

un recipiente, aggiungiamo due cucchiaini d'olio e tritiamo con un mixer unendo poi le foglie di basilico, i gherigli di noce, il pangrattato e il pecorino.

Poniamo in una pirofila uno strato di patate, cospargiamo con le erbe aromatiche tritate e aggiungiamo una porzione di pesce.

Terminiamo con altre erbe aromatiche, irroriamo d'olio, bagniamo con il vino bianco e cuociamo a 200°C per 20 minuti.

Le noci sono una vera e propria miniera di virtù: sono considerate un rimedio naturale in caso di ipertensione e ci aiutano a tenere sotto controllo il colesterolo. Ricche di omega 3, proteine, vitamina A, E, B1, B2, acido folico, fibre e persino melatonina fanno bene alle future mamme, conciliano il sonno e ci aiutano a mantenere capelli e pelle luminosi.



WHAT IS AVAXHOME?

AVAXHOME-

the biggest Internet portal,
providing you various content:
brand new books, trending movies,
fresh magazines, hot games,
recent software, latest music releases.

Unlimited satisfaction one low price

Cheap constant access to piping hot media

Protect your downloadings from Big brother

Safer, than torrent-trackers

18 years of seamless operation and our users' satisfaction

All languages

Brand new content

One site

AVX LIVE . ICU

AvaxHome - Your End Place

We have everything for all of your needs. Just open <https://avxlive.icu>

Cotolette alla milanese

per
4 persone

4 lombate di vitello con l'osso, 200 g di pane grattugiato, 3 uova, 1 pizzico di sale,
100 g di burro

da ricordare

Tagliamo il grasso esterno delle lombate per evitare che si riduca durante la cottura. Prendiamo un batticarne, lavoriamo con forza le lombate su un tagliere e schiacciamole per renderle morbide e sottili.

Sbattiamo le uova in una ciotola e passiamoci tutte le lombate, una per volta. Versiamo il pangrattato in un'altra ciotola, impaniamo una a una tutte le fette di carne, quindi battiamo con le mani la superficie per far aderire correttamente il composto di uovo e pane.

Ripassiamo le lombate una seconda volta nell'uovo sbattuto e infine ancora nel pangrattato per ottenere la caratteristica doppia impanatura.

Con il batticarne schiacciamo ancora sul tagliere tutte le lombate, per far aderire bene tutti gli ingredienti.

In una padella antiaderente piana facciamo sciogliere il burro e mettiamo a cuocere le cotolette a fuoco medio, fino a farle diventare dorate da entrambi i lati.

Quando sono cotte, lasciamo le cotolette alla milanese sopra la carta

assorbente da cucina per eliminare il burro in eccesso, regoliamo di sale e serviamo nei piatti da portata, ancora calde e croccanti.

Per gustare una carne ancora più morbida e tenera, prima di iniziarne la lavorazione, è consigliabile immergere le fette di carne cruda nel latte freddo per almeno un'ora.

Poi scoliamole e procediamo come indicato.



Contorni



*Croccanti, fondenti o cremosi si alternano con le stagioni
rivelandoci il carattere e le proprietà dei territori
che li hanno prima generati e poi nobilitati.
I contorni italiani non hanno nulla da invidiare
alle portate principali e mutano le verdure in piatti golosi.*

Carciofi alla giudia

per
4 persone

4 carciofi cimarioli o mammole, 1 limone, olio evo q.b., sale q.b., pepe q.b.

da ricordare

Mondiamo i carciofi: non dobbiamo sbogliarli troppo, perché in fruttura anche le foglie più dure diventano croccanti. Non eliminiamo tutto il gambo, ma teniamone almeno 2/3 cm.

Con le mani bagnate di succo di limone apriamo bene tutte le foglie del carciofo e leviamo il fieno centrale e le spine.

Una volta mondato ogni carciofo, poniamoli via via in una ciotola con acqua e succo di limone per 10 minuti, quindi battiamoli sul piano da lavoro a testa in giù più volte, prima della fruttura, per fare in modo che si allarghino bene.

Il trucco per una riuscita perfetta?
La doppia fruttura!

In una larga padella dai bordi alti scaldiamo a fiamma media abbondante olio evo, immergiamovi i carciofi con il gambo all'insù e cuociamoli per circa 10-12 minuti rigirandoli con l'aiuto di due forchette.

Scoliamo i carciofi e lasciamoli per 15 minuti con il gambo all'insù su carta assorbente, in maniera tale che perdano tutto l'olio in eccesso.

Schiacciamoli un poco con una forchetta per dargli la forma a rosetta, uniamo sale e pepe e

spruzziamoli con un po' di acqua ghiacciata, per cui rituffiamoli nell'olio portato nuovamente a temperatura: finiamo la loro cottura, sempre a gambo in su, per altri 2/3 minuti. Scoliamoli e serviamoli subito ben caldi.



Frico di patate e montasio

per
4 persone

200 g di patate, 300 g di formaggio Montasio, 150 g di pancetta affumicata
1 cipolla media, pepe e sale

Tritiamo grossolanamente la cipolla e rosoliamola in una casseruola insieme alla pancetta tagliata a striscioline o a dadini.

Facciamo appassire per qualche minuto. Nel frattempo, sbucciamo e grattugiamo le patate.

Versiamo le patate nella padella e amalgamiamo con cipolle e pancetta.

Aggiungiamo un mestolo d'acqua, saliamo, pepiamo leggermente e cuociamo per circa 20 minuti.

A cottura ultimata incorporiamo

il formaggio tagliato a fettine,

ricoprendo tutta la superficie, lasciamo cuocere ancora qualche minuto.

Per facilitare il compito, passiamo il composto in un altro tegame di circa 20 cm di diametro.

Rosoliamo bene il frico da entrambe i lati,

sulla superficie si deve formare una crosticina molto croccante.

Tagliamolo a fette e serviamolo caldo.

Il frico è una ricetta friulana servita come secondo piatto o piatto unico originaria dei monti della Carnia. Nato per consumare i ritagli di formaggio in eccesso dopo la sagomatura delle forme, il suo aspetto è simile ad una frittata con una crosticina croccante all'esterno e un cuore morbido all'interno. Per assicurarci una cottura uniforme possiamo anche bollire prima le patate e poi aggiungerle schiacciate in padella assieme alle cipolle. Non resterà che distribuire il formaggio, amalgamare e sigillare il composto da entrambi i lati.



Cuori di porro

per
4 persone

4 porri piuttosto grandi, 100 g di fontina valdostana, 100 g di lardo d'Arnad oppure speck o bacon a fettine sottili

Laviamo accuratamente i porri, eliminiamo la base, la parte verde e le foglie più esterne.

Tagliamo in 2 o 3 pezzi ciascun porro per utilizzare solo la parte più bianca.

Lessiamo i porri a pezzi in acqua bollente salata per 8-10 minuti. Appena cotti trasferiamo i porri su un tagliere e avvolgiamoli con una fetta di speck o lardo.

Disponiamoli ora in una teglia appena unta di olio, quindi inforniamo a 180°C, per 5/6 minuti, fino a quando

risultano ben dorati.

Nel frattempo tagliamo a pezzetti non troppo sottili la fontina e distribuiamola sopra i porri.

Cuociamo in forno per altri 3 minuti e fino a che il formaggio non si sarà parzialmente sciolto.

Togliamo dal forno e serviamo i porri ben caldi come ricco contorno, antipasto o piatto unico.

Ipocalorico e ricco d'acqua il porro contiene le vitamine A, C e B oltre a minerali come il ferro, il magnesio e la silice che supporta l'elasticità di ossa e pelle. Il suo consumo, favorisce un'azione rimineralizzante, depurativa e lassativa che lo rendono uno speciale alleato per coadiuvare le attività di fegato, intestino, reni, vescica e vie urinarie.



COTTO & CRUDO.it

Mandaci
la tua versione
sul sito

www.cottoecrudo.it

da ricordare

Gateau di patate

per
6 persone

1 kg di patate, 60 g di mozzarella campana, 60 g di scamorza affumicata,
100 g di salame napoletano o prosciutto cotto a dadini, 50 g di Parmigiano, 2 uova,
50 g di burro, noce moscata q.b., pane grattugiato q.b., sale e pepe q.b.

Lessiamo le patate in acqua

salata. Una volta cotte, passiamole
nello schiacciapatate direttamente in una
ciotola.

Tagliamo a cubetti la scamorza e
il salame e mettiamoli nella purea di
patate. Strizziamo con molta cura
la mozzarella e tagliamola a pezzetti
nella ciotola.

Aggiungiamo le uova, il parmigiano,
il sale, il pepe, una grattata di
noce moscata e amalgamiamo
gli ingredienti fino a ottenere un
composto omogeneo.

Imburriamo e cospargiamo di
pangrattato una pirofila da forno.
Adagiamo il composto all'interno
della terrina e livelliamolo.

Concludiamo con qualche
ciuffo di burro e un po' di
Parmigiano grattugiato.
Mettiamo il gateau in forno
preriscaldato a 180°C per circa
20 minuti.

Gli ultimi 10 minuti
portiamo il forno a 200°C

fino a che non si forma una bella
crosticina dorata sulla superficie.

Sforbiamo e serviamo caldo.

A Napoli lo chiamano "gattò" ed è uno dei
piatti più amati della tradizione culinaria
partenopea nato ai tempi della dominazione
borbonica. La leggenda vuole che la pietanza
sia stata inventata dagli chef francesi alla corte
di Napoli in occasione del matrimonio tra
l'arciduchessa Maria Carolina d'Asburgo e
Ferdinando IV di Borbone nel 1768.



Purè di fave e cicoria

per
4 persone

300 g di fave secche, 800 g di cicoria, 2 spicchi d'aglio, 3 foglie di alloro,
olio extravergine d'oliva q.b., 1 peperoncino essiccato, sale q.b., olio extravergine d'oliva q.b.

Mettiamo le fave in ammollo in una ciotola con abbondante acqua fredda per circa 12 ore. Trascorso il tempo di riposo scoliamo le fave e sciacquiamole sotto l'acqua corrente.

Mettiamo le fave in una pentola e versiamoci dentro tanta acqua fredda fino a ricoprirle, aggiungiamo uno spicchio d'aglio e le foglie di alloro.

Copriamo la pentola con un coperchio e facciamo cuocere a fiamma bassa per almeno 2 ore, aggiungendo, se necessario, dell'acqua calda nel caso si asciugassero.

Mentre le fave cuociono, sbollentiamo le cicorie velocemente in acqua bollente salata per qualche minuto, scoliamole e teniamole da parte.

Le fave saranno pronte non appena inizieranno a sbalinarsi: a questo punto aggiungiamo un filo d'olio extravergine e sale a piacere e frulliamo con un minipimer.

Serviamo il purè di fave

accompagnato dalla cicoria ripassata in padella con un filo d'olio, uno spicchio d'aglio e, se piace, un peperoncino essiccato sminuzzato.

da ricomporre



Questo squisito abbinamento ci porta dritti in Puglia, dove viene chiamato anche "ncapriata" svelandoci il legame di questa terra con la lingua e la cultura greca che già nel 450 a.C. vantava il suo "kapyridia", una purea ottenuta dal grano pestato, decantata anche dal commediografo Aristofane nella sua opera, "Le Rane".

Lampascioni fritti

per
5 persone

600 g di lampascioni, 200 g di farina, 100 g di pecorino grattugiato, 2 uova, 1 spicchio d'aglio
200 ml di birra chiara fredda, 1 rametto di prezzemolo tritato, 1 cucchiaino di sale, 1 l di olio di
semi per friggere, pepe nero per servire

Laviamo i lampascioni, asciugiamoli
e incidiamoli al centro in 4 parti.

Se c'è tempo, sarebbe meglio lasciarli
per tutta la notte in acqua fresca e il
giorno dopo risciacquarli per bene: questo
passaggio toglie l'eccesso di amaro.

In una terrina uniamo la farina,

le uova, il sale, il formaggio, il
prezzemolo, l'aglio tritato e
mescoliamo aggiungendo pian
piano la birra fino a ottenere
un impasto omogeneo e senza
grumi. Sempre mescolando,
aggiungiamo i lampascioni al
composto.

Versiamo l'olio per friggere
in una pentola capiente e
facciamo riscaldare a fiamma
media, poi friggiamo a
cucchiaiate nell'olio bollente
per circa 3 minuti o appena si
schiudono a forma di fiore.

Scoliamo i bocconcini
di lampascione su carta
assorbente da cucina e
detergiamo l'olio in eccesso.

Serviamoli caldi cosparsi con sale e
pepe nero macinati al momento.

I lampascioni sono un bulbo amarognolo che
appartiene alla famiglia delle piante Liliaceae simili
a cipollotti selvatici. Solitamente più conosciuti quando
sott'olio o in agrodolce sono una vera chicca della
tradizione culinaria di Basilicata e Puglia.
Non sempre economici ma dal sapore eccezionale, tanto
da essere riconosciuti come Prodotto Agroalimentare
Tradizionale Italiano, uniscono una nota amara a
un retrogusto dolce e delicato.



Rotolini di peperone

per
4 persone

1 peperone rosso, 1 peperone giallo, 12 filetti di acciughe sott'olio, 6/7 capperi dissalati, 3 cucchiaini di pangrattato, 3 cucchiaini di olio extravergine di oliva, 1 ciuffo di prezzemolo, 1 spicchio d'aglio, pepe q.b., sale q.b.

Laviamo i peperoni e dividiamoli a metà, priviamoli dei semi e dei filamenti bianchi.

Cuociamoli in forno sotto il grill per circa 15 minuti, oppure direttamente sulla fiamma del gas girandoli spesso fino a bruciacchiarne la superficie.

Mettiamo i peperoni in un sacchetto per alimenti, facciamoli "sudare" e appena saranno tiepidi spelliamoli e tagliamoli a falde larghe.

Imbiondiamo l'aglio, tagliato a metà, in una padella con l'olio, uniamo i capperi tritati e il pangrattato.

Tostiamo per 5 minuti a fiamma bassa, mescolando spesso; aggiungiamo il prezzemolo tritato, sale, pepe ed eliminiamo l'aglio.

Scoliamo i filetti di acciuga, adagiamo un filetto su ogni striscia di peperone, copriamo di pangrattato tostato e arrotoliamo.

Chiudiamo con uno stecchino e passiamo in forno a 200°C per 4 minuti.



Assolutamente da provare anche con il tonno sott'olio (circa 200 g) al posto delle acciughe o, come nella saporitissima variante alla piemontese, con una crema ottenuta frullando insieme capperi, tonno e acciughe.

da ricordare

Ciambotta

per
4 persone

200 g di peperoni, 200 g di patate, 200 g di zucchine, 200 g di melanzane,
100 g di pomodorini, 2 cipolla, 3 cucchiaini di polpa o passata di pomodoro, olio di oliva,
sale q.b., pepe (facoltativo), 5 foglie di basilico o origano

Peliamo le patate, laviamo e tagliamo a cubetti tutte le verdure, tranne le cipolle che andranno semplicemente affettate al velo.

In una padella con 3 cucchiaini di olio extravergine facciamo soffriggere le cipolle affettate fino a renderle trasparenti, aggiungiamo le melanzane e facciamo cuocere 2 minuti, aggiungiamo i peperoni e le patate e lasciamole cuocere sempre per 2 minuti. Aggiungiamo da ultimo le zucchine e i pomodorini.

Lasciamo cuocere tutte le verdure insieme per qualche minuto e versiamo in padella anche la polpa di pomodoro.

Amalgamiamo, copriamo con un coperchio e lasciamo stufare le verdure in padella per 10 minuti a fuoco basso mescolando di tanto in tanto.

Qualora le verdure si asciugassero troppo aggiungiamo 2-3 cucchiaini di acqua per mantenerle sempre umide.

Qualche minuto prima di spegnere il fuoco regoliamo di sale, aromatizziamo le verdure con foglie di basilico fresco o origano e proseguiamo fino a ottenere un composto morbido e sugoso.

da ricordare

La ciambotta è la risposta italiana alla ratatouille. La versione lucana veniva utilizzata in campagna come ripieno di pani a cui veniva tagliata la calotta superiore e tolta la mollica per poi essere richiusi e consumati, intrisi di sapore, nei campi all'ora di pranzo. Una "schiscetta" ante litteram di cui non rimaneva una briciola!



Cipolline borettane in agrodolce

per
4 persone

500 g di cipolline borettane, 40 g di burro, 3 cucchiaini di zucchero,
3 cucchiaini di aceto balsamico, 1 pizzico di sale

Lasciamo le cipolline in ammollo in
acqua fredda per 30 minuti.

Trascorso questo tempo, peliamole
aiutandoci con un coltellino

Rosoliamole ora per 3 minuti in una
padella dove avremo precedentemente fatto
sciogliere il burro.

Aggiungiamo il sale, lo zucchero e
l'aceto balsamico, facciamo evaporare
parzialmente e copriamo con un coperchio.

Lasciamo cuocere a fuoco lento per
almeno 40 minuti aggiungendo un po'
d'acqua calda per stufare dolcemente le
cipolline fino a cottura.

Serviamo le cipolline tiepide.

Le cipolline borettane, inconfondibili per la loro
forma minuta e appiattita, prendono il nome dal
paese di Boretto nella Bassa Reggiana dove
furono coltivate fino agli anni Venti. Oggi
la maggior produzione ha sede a Vigatto, in
provincia di Parma, e nel veronese. Per la loro
dimensione sono apprezzatissime nelle preparazioni
sott'olio e sott'aceto.



Catalogna piccante al cartoccio

per
4 persone

500 g di catalogna, 30 g di Parmigiano grattugiato, 6 pomodorini maturi, 2-3 peperoncini secchi, 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva, 1 pizzico di peperoncino, 1 limone, sale q.b.

da ricordare

Puliamo la catalogna, eliminiamo la radice e la parte terminale delle foglie, tagliamo a tocchetti di circa 10 cm e laviamola ripetutamente in acqua corrente fredda, in modo da eliminare ogni eventuale residuo di terra; scoliamola.

In una pentola portiamo a bollore poca acqua salata, trasferiamovi la catalogna e cuociamola per 5-6 minuti.

Scoliamola e condiamola con 4 cucchiaini d'olio, un pizzico di sale, il peperoncino, il succo e la scorza del limone a pezzetti e i peperoncini secchi.

Trasferiamo la scarola

condita in un rettangolo di carta da forno, uniamo i pomodorini lavati e asciugati, il parmigiano, richiudiamo con rafia da cucina il rettangolo di carta in modo da formare un cartoccio e trasferiamo in forno a 180°C. Cuociamo la catalogna per

circa 15 minuti, togliamo il cartoccio dal forno e serviamo ben calda.

Due sono i tipi di cicoria asparago che possiamo trovare in commercio: uno più alto, eretto e amaro, composto principalmente da lunghe foglie da consumare cotte, l'altro caratterizzato da germogli interni - le puntarelle - solitamente gustate crude in insalata con aglio, acciughe e briciole di pane come è d'uso nel Lazio e in Campania.



Zucchine alla scapece

per
4 persone

1 kg di zucchine, 2 spicchi d'aglio, 80 g di aceto di vino bianco, 2 rametti di menta,
olio extravergine d'oliva q.b., sale q.b.

Monciamo le zucchine e tagliamo a rondelle non troppo sottili.

In una pentola scaldiamo l'olio fino a temperatura, immergiamo le rondelle di zuccina e friggiamole fino a dorarle leggermente.

Scoliamole con una schiumarola su carta assorbente per detergere l'olio in eccesso e mettiamole in una ciotola, saliamole e condiamole a strati con 1 spicchio d'aglio a fettine e le foglioline di menta tritate.

In un pentolino prepariamo il brodetto: portiamo a ebollizione 6 cucchiaini di acqua con 5 cucchiaini di aceto di vino e uno spicchio d'aglio.

Irroriamo ora le zucchine con l'emulsione all'aceto e lasciamo riposare almeno 3 ore prima di servire.

La marinatura "alla scapece" è un antico sistema di conservazione e condimento che prima di divenire un classico della cucina partenopea fu già degli antichi romani: la parola scapece significa infatti "pietanza di Apicio", il cuoco e scrittore romano che per primo mise a punto questa salsa a base d'aceto. Per una versione più leggera, possiamo cuocere le zucchine in forno ventilato per 20 minuti a 200°C o ancora utilizzare l'aceto balsamico per ottenere un contorno più aromatico.

da ricordare



Dolci



Una selezione di dolci antichi e popolari per eguagliare le preparazioni che ancora oggi contraddistinguono la miglior pasticceria italiana. Da Trieste a Palermo gustiamo insieme i classici della tradizione per iniziare la giornata con slancio e celebrare momenti speciali.

Migliaccio napoletano

per
6 persone

200 g di semolino, 350 g di ricotta, 500 ml di latte, 150 ml di acqua, 200 g di zucchero, 1 noce di burro, 2 uova, essenza di vaniglia, la scorza di 1 limone, 1 bicchierino di limoncello, 1 pizzico di sale, zucchero a velo q. b.

In un pentolino scaldiamo il latte e l'acqua con la scorza di limone, la noce di burro e un pizzico di sale.

Raggiunta l'ebollizione togliamo la scorza di limone e aggiungiamo la semola a pioggia lentamente sempre mescolando con una frusta per evitare la formazione di grumi e cuociamo a fiamma media per qualche minuto.

Togliamo dal fuoco, trasferiamo in una terrina e lasciamo raffreddare.

Aggiungiamo un uovo per volta, lo zucchero, la ricotta, il limoncello e la vaniglia.

Amalgamiamo bene fino a ottenere un composto uniforme e trasferiamo il tutto in una tortiera da 22 cm precedentemente infarinata e imburrata.

Livelliamo la superficie con il dorso di un cucchiaio e cuociamo in forno caldo a 180°C per circa 70 minuti, fino a quando il dolce non sarà dorato.

Facciamo raffreddare e

spolverizziamo la torta con lo zucchero a velo prima di servire.



Anticamente erano il pane di miglio e il sangue di maiale gli ingredienti principali di questa torta partenopea risalente all'anno 1000. Il sangue, ritenuto dai contadini particolarmente nutriente per affrontare le fatiche della campagna, fu giudicato un retaggio pagano dalla Chiesa e sostituito con i profumi che ancora oggi rimandano alla pastiera.

Sfince di San Giuseppe

per
4 persone

Per la pasta: 250 g di farina 00, 250 g di acqua, 5 uova, 50 g di burro o strutto, 5 g di sale, 1 pizzico di bicarbonato, olio o strutto per friggere q.b..

Per la crema di ricotta: 750 g di ricotta di pecora, 250 g di zucchero a velo, 150 g di zucca candita a dadini, 150 g di gocce di cioccolato fondente

Per decorare: scorze d'arancia candite q.b., ciliegie candite q.b., granella di pistacchi q.b.

Sciogliamo il burro con il sale in un tegame insieme all'acqua e portiamo a bollore. Quindi aggiungiamo la farina setacciata poco alla volta, mescolando continuamente per 5-10 minuti finché il composto non prende il colore della cera e comincia a staccarsi dalle pareti del tegame.

Versiamo l'impasto in una terrina, lasciamolo intiepidire e cominciamo a incorporare un uovo intero per volta fino a ottenere un composto liscio e dalla consistenza cremosa e densa.

Infine, aggiungiamo il bicarbonato e lavoriamo la pasta per qualche altro minuto.

Friggiamo 3-4

cucchiainate di composto per volta in abbondante olio caldo rigirandoli di tanto in tanto fino a farli gonfiare e dorare bene.

Scoliamo le sfince su carta assorbente in modo da asciugare l'olio in eccesso.

Per la farcia: facciamo ben scolare la ricotta di pecora in un colino e riponiamola in frigorifero finché non avrà perso il siero, quindi setacciamola e mescoliamola per bene in una terrina insieme allo zucchero, le gocce di cioccolato e la zucca candita a dadini.

Incidiamo le sfince e guarniamo con un po' di crema di ricotta sia l'interno che la superficie superiore delle sfince.

Guarniamo ciascuna delle sfince con granella di pistacchi, una ciliegia candita e una scorzetta di arancia candita.



Zuppa inglese

per
8 persone

Per il pan di Spagna: 6 uova, 170 g di farina 00, 250 g di zucchero semolato, 10 g di burro, $\frac{1}{2}$ bacca di vaniglia, 1 pizzico di sale. Per la crema pasticcera (250 g): 4 tuorli d'uovo, 3 cucchiaini di zucchero, 15 g di farina, 10 g di fecola di patate, un pezzetto di bacca di vaniglia, 2,5 dl di latte fresco intero, $\frac{1}{2}$ limone. Per la crema al cioccolato (250 g): 1 uovo, 3 cucchiaini di zucchero, 15 g di farina, 10 g di fecola di patate, 70 g di cioccolato fondente al 70%, 3 dl di latte fresco intero. Per la panna montata: 2,5 dl di panna liquida fresca, 30 g di zucchero a velo. Per decorare: cacao amaro q.b., 2 bicchierini di liquore alhermes.

In una ciotola montiamo gli albumi a neve ben ferma con un pizzico di sale. A parte montiamo i tuorli con lo zucchero per avere una crema bianca e gonfia, e poi aggiungiamo delicatamente gli albumi a neve. Incorporiamo la farina un po' alla volta con un colino. Aggiungiamo la polpa della vaniglia, mescoliamo e versiamo il composto in una teglia con cerniera imburrata e infarinata. Cuociamo per 30 minuti a 180°C finché il pan di Spagna non è bello ambrato.

Per la crema pasticcera: sbattiamo i tuorli con lo zucchero in una bastardella finché il composto non è chiaro e liscio.

Scaldiamo il latte con la vaniglia e la scorza di $\frac{1}{2}$ limone e lasciamo intiepidire coperto. Eliminiamo la bacca e la scorza e aggiungiamo la

farina e la fecola continuando a sbattere con una frusta. Assaggiamo e regoliamo di zucchero. Passiamo ora la bastardella a bagnomaria e cuociamo, mescolando, finché la crema non si addensa. Trasferiamo la bastardella in un recipiente con acqua e ghiaccio, continuando a girare per 5 minuti. Per la crema al cioccolato, ripetiamo lo stesso procedimento della crema pasticcera sciogliendo il cioccolato a pezzi nella crema in cottura a bagnomaria.

Affettiamo il pan di Spagna in rettangoli alti 2 cm e dividiamoli in tre parti. Distribuiamo $\frac{1}{3}$ dei rettangoli sul fondo di una teglia e irroriamo con $\frac{1}{3}$ di alhermes. Copriamo con la crema al cioccolato, un altro strato di pan di Spagna e alhermes. Versiamo la crema pasticcera e disponiamo un ultimo strato di pasta, alhermes e panna montata, ricavata montando la panna liquida con lo zucchero a velo. Decoriamo infine con il cacao.

da ricordare



Torta sarda con mele e ricotta

per
8 persone

200 g di farina, 50 g di frumina, 50 ml di olio di semi, 230 g di zucchero + 8 cucchiaini per il fondo, 4 uova, 250 g di ricotta, 1 bustina di lievito, 50 g di uvetta, 20 g di pinoli, 15 g di burro, 2 mele, 1 fialetta di essenza naturale di vaniglia

In una terrina mescoliamo la ricotta

con i tuorli e lo zucchero fino a ottenere una crema. Aggiungiamo la farina a pioggia, la frumina, l'essenza di vaniglia e il lievito. Ultimiamo aggiungendo al composto l'olio e gli albumi montati a neve.

Imburriamo e infariniamo una

tortiera e sul fondo mettiamo i

fiocchetti di burro, 8 cucchiaini di zucchero e sopra le uvette precedentemente ammollate in acqua e i pinoli.

Sbucciamo due

mele, priviamole del torsolo e tagliamole a fettine molto sottili.

Disponiamole nella

tortiera e versiamovi

sopra il composto.

Facciamo cuocere a 170°C per circa

40 minuti.

Rimane morbidissima fino a 3 giorni!

La pasticceria sarda fa buon uso degli ingredienti della tradizione agricola e pastorale dell'isola oltre ai profumi e alle spezie importate da popoli lontani. Frutta secca, frutta candita, agrumi, formaggio, miele e glassa sono i principali elementi che possiamo ritrovare assemblati con cura artigianale in creazioni dal valore simbolico, per forma e decorazione, che si tramandano di casa in casa.



Cannoli alla ricotta

per
4 persone

Per la "scorcia": 300 g di farina 00, 30 g di zucchero semolato, 30 g di burro, 1 uovo, Marsala secco q.b., 5 g di lievito per dolci, olio di semi d'arachide q.b., strutto q.b., sale q.b..
Per il ripieno: 400 g di ricotta di pecora, 200 g di zucchero a velo, 50 g di cioccolato fondente sminuzzato, 1 pizzico di cannella. Per decorare: 30 g di pistacchi tritati, zucchero vanigliato q.b.

Sciogliamo il burro a bagnomaria e uniamolo in una ciotola con la farina setacciata, il lievito, un tuorlo, lo zucchero e il sale.

Mescoliamo aggiungendo il marsala fino a ottenere un impasto morbido, copriamo con pellicola alimentare e lasciamo riposare per 2 ore.

Poniamo la ricotta stacciata in una ciotola, amalgamiamola con lo zucchero a velo fino a ottenere un composto cremoso. Uniamo il cioccolato spezzettato e la cannella mescolando accuratamente.

Stendiamo la pasta tirandola molto sottile, tagliamo in quadrati di circa 10 cm poi avvolgiamoli sugli appositi tubi per cannoli unti d'olio, congiungendo i bordi e spennellandoli con l'albume battuto.

In una padella antiaderente scaldiamo l'olio con un po' di strutto e immergiamoci i tubi, uno per volta.

Quando le "scorce", ovvero i cannoli sono dorati, scoliamoli e asciugiamoli su carta assorbente. Lasciamoli raffreddare, quindi stacciamoli dai tubi metallici e farciamoli con la ricotta.

Decoriamo i bordi con pistacchi tritati oppure scorze d'arancia o ciliegie candite, copriamo con zucchero vanigliato.

da ricoprire



Ricciarelli senesi

per
8 persone

200 g di mandorle, 150 g di zucchero semolato, 30 g di farina 00 + 10 g, scorza di 1 arancia, 1 bacca di vaniglia, estratto di mandorle (qualche goccia), 10 g di zucchero a velo, 1 punta di bicarbonato, 1 punta di lievito per dolci.

Da aggiungere dopo il riposo: 30 g d'albumi, 10 g di zucchero a velo.

Per lo sciroppo: 20 g di zucchero semolato, 1 cucchiaino di acqua

Tostiamo per una decina di minuti le mandorle in forno a 180°C, tritiamole finemente nel mixer insieme allo zucchero semolato, la scorza dell'arancia, i semi di vaniglia, 30 g di farina, l'aroma alle mandorle ed amalgamiamo bene il tutto.

A parte in un pentolino prepariamo lo sciroppo unendo acqua e zucchero, una volta che gli ingredienti si sono ben amalgamati, versiamo lo sciroppo nell'impasto a base di mandorle e lavoriamo velocemente, infine uniamo lo zucchero a velo, 10 g di farina, il bicarbonato e il lievito precedentemente mescolati.

Alla fine della lavorazione

otterremo un impasto piuttosto asciutto e sbricioloso. Copriamo con un panno umido e lasciamo riposare al fresco per 12 ore circa.

Trascorso il tempo necessario, riprendiamo l'impasto ed aggiungiamovi gli albumi e lo zucchero a velo.

Lavoriamo il tutto fino ad ottenere un impasto compatto e malleabile.

Spolveriamo la spianatoia con un po' di zucchero a velo, formiamo dei cilindri del diametro di circa 4 cm e tagliamoli a fette spesse 1 cm. Cerchiamo di dare una forma piuttosto arrotondata alle singole fette e spolveriamo i ricciarelli con abbondante zucchero a velo.

Adagiamo i biscottini su una teglia rivestita con carta forno e cuociamo a 150°C per circa 15 minuti o fino a quando non si formeranno le classiche crepe sulla superficie.

Gustiamo i biscotti freddi e conserviamoli in una scatola di latta.



Tortine veneziane mignon

per
4 persone

500 g di farina 00, 175 g di burro, 150 g di zucchero semolato, 25 g di lievito di birra, 20 g di miele, 3 uova, 15 mandorle spellate, un pizzico di sale.

Per decorare: 50 g di granella di zucchero, 1 albume, 100 g di zucchero a velo

Mettiamo sulla spianatoia 100 g di farina; versiamo il lievito di birra, diluito con poca acqua tiepida, impastiamo aggiungendo altra acqua tiepida fino ad ottenere un impasto morbido; formiamo un panetto, incidiamolo con un taglio a croce, copriamolo con un canovaccio e facciamo lievitare per 30 minuti.

Su una spianatoia poniamo

400 g di farina, lo zucchero, un pizzico di sale, il burro morbido, il miele e 2 tuorli.



Impastiamo per qualche minuto, uniamo il panetto di pasta lievitata e tanta acqua tiepida quanta ne occorre per ottenere un impasto di giusta consistenza; aggiungiamo le mandorle e lavoriamolo ancora; formiamo una palla, poniamola in una ciotola infarinata, copriamola con un panno e facciamo lievitare per 1 ora.

Quando l'impasto avrà raddoppiato il suo volume lavoriamolo e dividiamolo in 4 parti che lasceremo lievitare ancora per 30 minuti.

Poniamo gli impasti su teglia ricoperta con carta da forno, spennelliamoli con l'uovo sbattuto e cuociamo a 180°C per 30 minuti.

Per la glassa decorativa:

montiamo a neve l'albume con uno sbattitore elettrico e lavoriamolo aggiungendo lo zucchero a velo setacciato poco alla volta.

Versiamo la glassa sulle

veneziane, cospargiamo con granella di zucchero e lasciamo raffreddare prima di servire.

Sbrisolona

per
4 persone

200 g di farina 00, 200 g di farina di mais fine, 200 g di mandorle spellate
150 g di zucchero semolato, 1 cucchiaino di zucchero a velo, 20 ml di Marsala, 1 limone,
120 g di burro, 100 g di strutto, 2 uova, 1 pizzico di vanillina, 1 pizzico di sale

Tritiamo con un mixer metà delle mandorle e teniamole da parte.

Sul piano di lavoro disponiamo a fontana le farine mescolate tra loro e nel centro mettiamo lo zucchero, i tuorli, le mandorle tritate, il Marsala, la scorza grattugiata del limone, un pizzico di sale e uno di vanillina.

Mescoliamo bene gli ingredienti,

riformiamo la fontana e nel centro mettiamo il burro fatto ammorbidire a temperatura ambiente e lo strutto.

Impastiamo nuovamente affinché i singoli ingredienti si amalgamino bene tra loro.

Rivestiamo con carta da forno uno stampo, imburriamo e infariniamo leggermente la carta, distribuiamo la pasta sbriciolandola accuratamente formando uno strato uniforme, poniamo le mandorle intere sulla superficie della torta.

Prima di infornare battiamo con un paio di colpi secchi la base dello stampo sul piano di lavoro, in modo da colmare gli eventuali spazi vuoti che si potrebbero formare fra le "briciole" della pasta.

Cuociamo in forno a 180°C per 1 ora, lasciamo raffreddare e serviamo spolverizzando con lo zucchero a velo.

da riciclare



Amorpolenta

per
6/8 persone

125 g di burro, 135 g di zucchero a velo, 75 g di farina, 100 g di farina di granturco macinata fina, 75 g di mandorle sbucciate, 2 uova, 3 tuorli, 1 cucchiaino di lievito per dolci, 1 bicchierino di liquore Strega, 1 bustina di vanillina, burro e farina per lo stampo

In una casseruola facciamo sciogliere il burro e lasciamolo intiepidire.

Peliamo le mandorle e tritiamole finemente. Setacciamo assieme le due farine, il lievito e la vanillina.

In una ciotola versiamo burro e zucchero a velo (conservandone circa 10 g), e mescoliamo con delicatezza finché il composto è gonfio e omogeneo.

Aggiungiamo le uova e i tuorli, uno alla volta, incorporandoli perfettamente.

Versiamo il liquore, il composto di farina e il trito di mandorle, poi mescoliamo con cura.

Imburriamo e infariniamo uno stampo a cassetta e versiamoci il composto, livellando bene la superficie.

Inforniamo il dolce a 170°C e facciamo cuocere per circa 50 minuti.

Una volta cotto, lasciamolo raffreddare, sformiamo e cospargiamo l'amorpolenta con lo zucchero a velo rimasto.



Panone bolognese

per
8 persone

500 g di farina, 250 g di zucchero, 200 g di uva sultanina, 150 g di mandorle pelate,
100 g di cioccolato fondente, 100 g di mostarda bolognese, 100 g di miele, 50 g di pinoli,
50 g di scorza d'arancia candita o di amarene candite rosse e verdi, 30 g di cacao amaro,
350 ml di latte, 50 ml di vino bianco, 1 bustina di lievito per dolci

In una ciotola amalgamiamo
la farina, il latte, lo zucchero, l'uva
sultanina precedentemente ammorbidita
in acqua tiepida, il cioccolato fondente
a pezzetti, il cacao amaro, la mostarda,
il miele, il vino, la scorza d'arancia a
pezzetti, 2/3 delle mandorle pelate,
2/3 dei pinoli e le amarene.

Mescoliamo accuratamente e
lasciamo riposare l'impasto per 2 ore.
Trascorso il tempo di riposo riprendiamo
l'impasto
aggiungiamo il
lievito setacciato e
amalgamiamo tutto
bene.

Versiamo l'impasto
in uno stampo
imburrito, decoriamo
con le mandorle e i
pinoli rimanenti e i
canditi.

Cuociamo in
forno per circa
1 ora a 180°C.

Una volta che il dolce è pronto,
lasciamolo raffreddare e avvolgiamolo in
un panno pulito.

Il sapore ottimale sarà raggiunto
dopo 4-5 giorni di riposo.

Ricetta tipica della provincia di Bologna,
questa torta ricca di ingredienti e a lunga
conservazione si gusta soprattutto nei periodi
di festa.

da ricordare



Fave triestine

per
6 persone

250 g di farina di mandorle, 130 g di farina 00, 200 g di zucchero semolato,
3 albumi d'uova, 40 g di cacao amaro, 15 ml di liquore Alkermes, 15 ml di acqua di rose,
 $\frac{1}{2}$ stecca di vaniglia, sale q.b.

Versiamo in una ciotola capiente
la farina di mandorle, quella bianca,
lo zucchero e un pizzico di sale.

Incorporiamo a poco a poco gli
albumi e lavoriamo l'impasto fino a
quando non diventa morbido e omogeneo.

Se dovesse risultare troppo molle
aggiungiamo ancora un po' di farina.

Suddividiamo il preparato in 3
parti uguali e uniamo alla prima i semi
contenuti nella stecca di vaniglia, alla
seconda il liquore e l'acqua di rose e alla
terza il cacao.

Lavoriamo i 3 diversi
impasti separatamente su una
spianatoia e formiamo tante
palline della grandezza di una
nocciola.

Disponiamo i dolcetti su
una teglia rivestita con un
foglio di carta da forno e
cuociamoli in forno caldo a
100°C per circa 2 ore.

Facciamo intiepidire le
"fave" prima di consumarle.

Questi dolcetti triestini richiamano
l'usanza di distribuire le fave come buon
auspicio durante i riti funebri. Ancora
oggi, seppur prodotte durante tutto l'anno,
sono regalate soprattutto durante il
periodo di commemorazione dei defunti.



da ricomporre

Bonet

per
6 persone

½ litro di latte, 100 g di amaretti, 80 g di zucchero, 3 uova + 2 tuorli, 1 cucchiaino di rum
20 g di cacao in polvere, 1 limone, 100 g di zucchero per il caramello

Mettiamo un pentolino sul fuoco con il latte e la scorza grattugiata del limone. Portiamo a leggerissima ebollizione e spegniamo la fiamma.

In un'altra pentola mettiamo 100 g di zucchero, sciogliamolo a fiamma bassa, mescolando continuamente.

Spegniamo a scioglimento compiuto: lo zucchero dovrà avere un colore dorato e non scuro.

Versiamo il caramello in uno stampo e lasciamo raffreddare.

Tritiamo finemente gli amaretti, fino a ridurli in polvere.

A parte, in una ciotola, sbattiamo le uova, aggiungiamo lo zucchero, il cacao in polvere, il latte tiepido, il rum e gli amaretti tritati.

Amalgamiamo con cura fino a ottenere un composto senza grumi.

Versiamo il composto nello stampo con il caramello raffreddato.

Mettiamo lo stampo dentro una teglia più

grande contenente dell'acqua bollente (a bagnomaria) e inforniamo il tutto per circa 40 minuti a 180°C. A cottura ultimata, estraiamolo dal forno e lasciamo raffreddare a temperatura ambiente.

Una volta raffreddato il bonet, mettiamolo in frigorifero per almeno 3 ore coprendo lo stampo con della stagnola.

Serviamolo accompagnato da amaretti interi o sbriciolati.

Questo dolce al cucchiaino, tipico delle Langhe, prende il suo nome dal recipiente di rame a forma di berretto in cui tradizionalmente era cotto. Bonet, in dialetto piemontese significa proprio cappello.



Baicoli veneziani

per
8 persone

400 g di farina 00, 200 ml di latte, 50 g di burro, 50 g di zucchero,
15 g di lievito di birra, sale q.b.

Su una spianatoia disponiamo a fontana 100 g di farina, versiamo al centro il lievito diluito in poco latte tiepido e impastiamo fino a ottenere un composto solido.

Formiamo una palla, incidiamo a croce la parte superiore con un coltello appuntito, copriamo con un canovaccio e lasciamo lievitare fino al raddoppio del volume per almeno 30 minuti in un luogo tiepido.

Trascorso il tempo di riposo versiamo sulla spianatoia la farina rimasta, lo zucchero, il burro, ammorbidito a temperatura ambiente, un pizzico di sale e la pasta lievitata.

Lavoriamo l'impasto e aggiungiamo a filo tanto latte quanto sarà necessario a ottenere una consistenza simile a quella del pane.

Dividiamo la pasta in 8 parti e formiamo dei piccoli cilindri lunghi circa 4 cm.

Imburriamo leggermente una teglia da forno e disponiamovi all'interno i cilindri, distanziandoli uno dall'altro; copriamoli con un canovaccio e lasciamoli riposare per un'ora.

Cuociamo in forno a 180°C per 15 minuti, sformiamo e lasciamo raffreddare a temperatura ambiente per 24 ore.

Abbettiamo obliquamente i cilindri di pasta per ricavare i nostri biscottini, disponiamoli su una teglia e cuociamoli ancora per 2 minuti.

da riciclare



Kranz

per
4 persone

500 g di pasta sfoglia pronta. Per la pasta lievitata: 300 g di farina 00, 30 g di zucchero semolato, 15 g di lievito di birra, 25 g di burro, 2 uova, 5 cucchiaini di latte, sale q.b., Per farcire e guarnire: 100 g di uvetta sultanina, 50 g di granella di zucchero, 20 g di burro, 1 uovo, vino bianco dolce q.b.

Prepariamo la pasta lievitata

sciogliendo il lievito di birra nel latte reso tiepido, aggiungiamo un pizzico di sale e impastiamo con 50 g di farina. Formiamo un panetto e facciamo lievitare l'impasto coperto da un canovaccio per 30 minuti.

Impastiamo la farina rimasta

con il burro, le uova e lo zucchero, amalgamiamola al primo impasto appena pronto e mettiamo il tutto a riposare, coperto con un canovaccio, per 4 ore.

Ripetiamo il procedimento

altre due volte, comprese le 4 ore di lievitazione.

In una ciotola mettiamo l'uvetta lavata e asciugata ad aromatizzare nel vino bianco dolce per almeno 30 minuti.

Su una spianatoia

leggermente infarinata tiriamo la pasta lievitata con il mattarello e diamole una forma rettangolare, facciamo

lo stesso con la pasta sfoglia pronta.

Spennelliamo d'uovo la pasta

lievitata, distribuimovi l'uvetta strizzata, sovrapponiamo la pasta sfoglia e attorcigliamo delicatamente le due paste a formare una treccia.

Guarniamo con granella di

zucchero, trasferiamo il kranz su una teglia ricoperta di carta da forno e cuociamo a 180°C per 40 minuti.



Nel prossimo numero

RICETTE ANTI SPRECO NUOVE RICETTE CREATE CON GLI AVANZI



BONTÀ, GUSTO E TRADIZIONE IN CUCINA

IN EDICOLA DAL 15 SETTEMBRE

Cucina tradizionale

Bimestrale - prezzo di copertina 3,90 €
www.cottoecrudo.it
redazione@cottoecrudo.it



La Divisione Cucina di Sprea edita anche:

Ricette Tradizionali **DOLCE**
Torte Nonna Vegetariana

Business Unit Manager: Ambra Palermi

Fotografie: © adobestock.com, archivio Sprea, depositphotos®

Sprea S.p.A.
Sede Legale: Via Torino, 51 20063 Cernusco Sul Naviglio (Mi) - Italia
PI 12770820152 - Iscrizione camera Commercio 00746350149
Per informazioni, potete contattarci allo 02 924321

CDA: Luca Sprea (Presidente), Alessandro Agnoli (Amministratore Delegato),
Maverick Greissing

ADVERTISING, SPECIAL PROJECTS & EVENTS

Marketing: Mauro Fabbri - maurofabbri@sprea.it
Segreteria: Emanuela Mapelli - Tel. +39 0292432244 - emanuelamapelli@sprea.it
Events Production: Giulia Sprea - giulia@sprea.it

SERVIZIO QUALITÀ EDICOLANTI E DL

Sonia Lancellotti, Virgilio Cofano : tel. 02 92432295/440 - distribuzione@sprea.it

ABBONAMENTI E ARRETRATI

Abbonamenti: si sottoscrivono on-line su www.sprea.it/cucinatradizionale
Mail: abbonamenti@sprea.it
Fax: 02 56561221 - Tel: 02 87168197 (lun-ven / 9:00-13:00 e 14:00-18:00)

Il prezzo dell'abbonamento è calcolato in modo etico perché sia un servizio
utile e non in concorrenza sleale con la distribuzione in edicola
Arretrati: si acquistano on-line su www.sprea.it

Mail: store@sprea.it
Fax: 02 56561221 - Tel: 02 87168197 (lun-ven / 9:00-13:00 e 14:00-18:00)
www.sprea.it

FOREIGN RIGHTS

Gabriella Re: tel. 02 92432262 - international@sprea.it

SERVIZI CENTRALIZZATI

Art director: Silvia Taietti

Grafici: Marcella Gavinelli, Alessandro Bisquola, Nicolò Digiuni, Tamara Bombelli, Luca Patrian

Coordinamento: Gabriella Re, Silvia Vitali, Ambra Palermi, Alessandra D'Emilio,
Roberta Tempesta, Elisa Croce, Laura Vezzo, Laura Galimberti, Michela Lampronti,
Francesca Sigismondi, Tiziana Rosato, Milena Sacchi

Amministrazione: Erika Colombo (responsabile), Irene Citino,
Sara Palestra, Danilo Chiesa, Desirée Conti - amministrazione@sprea.it

Cucina Tradizionale, testata registrata al tribunale di Milano il 11/03/2008 con il numero 174.
ISSN: 1974-1537

Direttore responsabile: Luca Sprea

Distributore per l'Italia:

Press-Di Distribuzione stampa e multimedia s.r.l. - 20090 Segrate
Distributore per l'Estero: SO.DI.P.S.p.A. Via Bettola, 18 - 20092 Cinisello Balsamo (MI)
Tel. +390266030400 - Fax +390266030269 - sies@sodip.it - www.sodip.it
Stampa: Arti Grafiche Boccia S.p.A. - Salerno

Copyright: Sprea S.p.A.

Informativa su diritti e privacy

La Sprea S.p.A. è titolare esclusiva della testata Cucina Tradizionale e di tutti i diritti di pubblicazione e diffusione in Italia. L'utilizzo da parte di terzi di testi, fotografie e disegni, anche parziale, è vietato. L'Editore si dichiara pienamente disponibile a valutare - e se del caso regolare - le eventuali spetanze di terzi per la pubblicazione di immagini di cui non sia stato eventualmente possibile reperire la fonte. Informativa e Consenso in materia di trattamento dei dati personali (Codice Privacy d.lgs. 196/03). Nel vigore del D.Lgs. 196/03 il Titolare del trattamento dei dati personali, ex art. 28 D.Lgs. 196/03, è Sprea S.p.A. (di seguito anche "Sprea"), con sede legale in Via Torino, 51 Cernusco sul Naviglio (MI). La stessa La informa che i Suoi dati, eventualmente da Lei trasmessi alla Sprea, verranno raccolti, trattati e conservati nel rispetto del decreto legislativo ora enunciato anche per attività connesse all'azienda. La avvisiamo, inoltre, che i Suoi dati potranno essere comunicati e/o trattati (sempre nel rispetto della legge), anche all'estero, da società e/o persone che prestano servizi in favore della Sprea. In ogni momento Lei potrà chiedere la modifica, la correzione e/o la cancellazione dei Suoi dati ovvero esercitare tutti i diritti previsti dagli artt. 7 e ss. del D.Lgs. 196/03 mediante comunicazione scritta alla Sprea e/o direttamente al personale Incaricato preposto al trattamento dei dati. La lettura della presente informativa deve intendersi quale presa visione dell'Informativa ex art. 13 D.Lgs. 196/03 e l'invio dei Suoi dati personali alla Sprea varrà quale consenso espresso al trattamento dei dati personali secondo quanto sopra specificato. L'invio di materiale (testi, fotografie, disegni, etc.) alla Sprea S.p.A. deve intendersi quale espressa autorizzazione alla loro libera utilizzazione da parte di Sprea S.p.A. Per qualsiasi fine e a titolo gratuito, e comunque, a titolo di esempio, alla pubblicazione gratuita su qualsiasi supporto cartaceo e non, su qualsiasi pubblicazione (anche non della Sprea S.p.A.), in qualsiasi canale di vendita e Paese del mondo.

Il materiale inviato alla redazione non potrà essere restituito.

IN EDICOLA

InCUCINA con i BIMBI DAI 4 AI 12 ANNI

InCUCINA con i BIMBI

LE RICETTE PER STARE IN FAMIGLIA E GIOCARE CON FIGLI E NIPOTI

Prepara i piatti più sfiziosi con i tuoi **BABY CUOCHI!**

PER I PIÙ PICCOLI
Tartine di riso soffiato

PER BAMBINI DI 7 ANNI
Banana gelata con pops

PICCOLE PESTI DI 10 ANNI
Pizzette facili facili

PARLA la DIETOLOGA
CIBI FACILI, BUONI E LIGHT

I trucchi della NONNA INSIEME ai FORNELLI per volersi più bene

I CONSIGLI della PSICOLOGA IN CUCINA CRESCE L'AUTOSTIMA

Spree

Scansiona il QR Code



Acquistala su www.spreea.it/cucinabimbi
anche in versione digitale





Pansotti alle noci



Calamari ripieni alla griglia



Pollo alla cacciatora



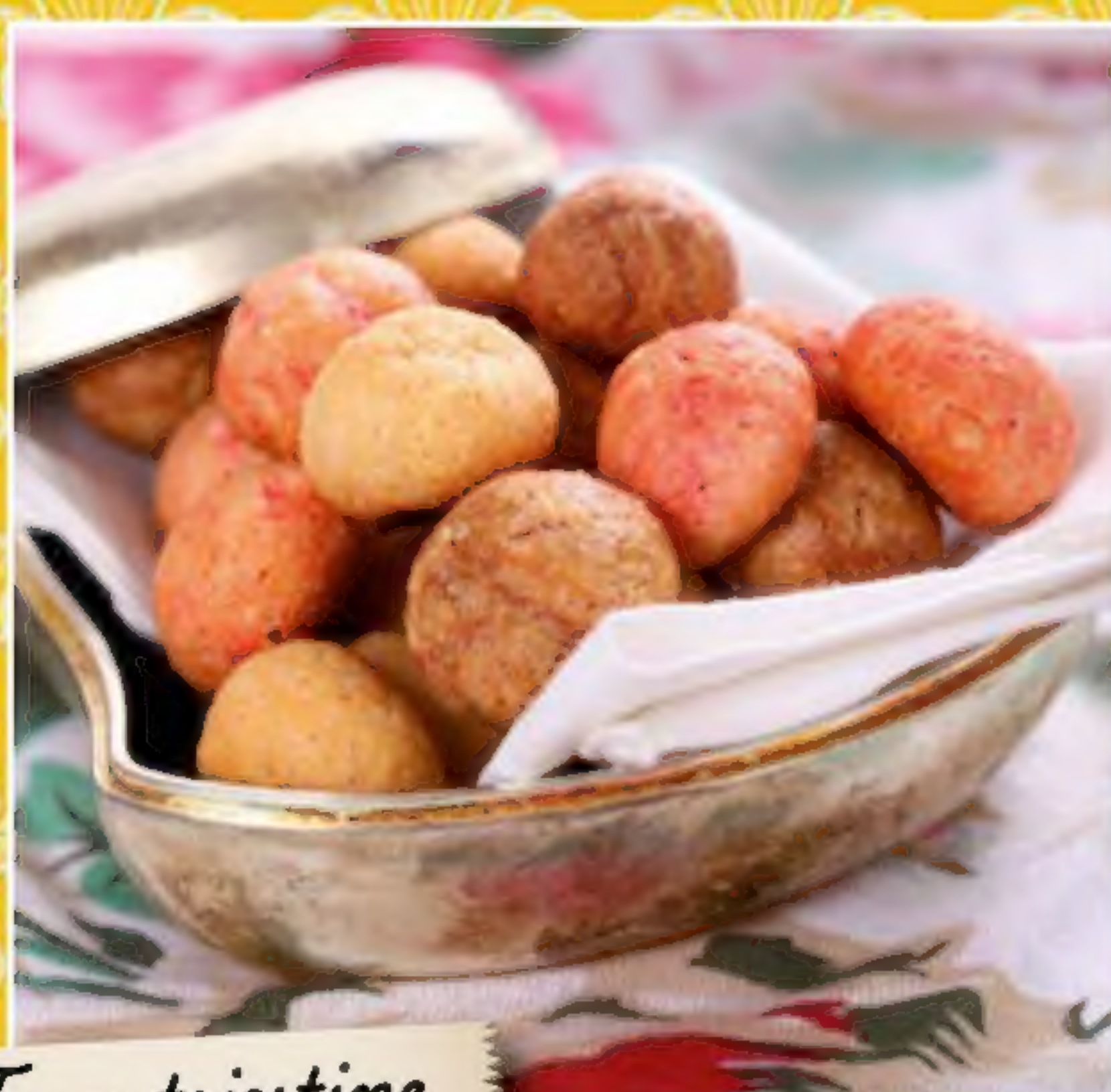
Olive all'ascolana



Vitello tonnato



Torta rustica napoletana



Fave triestine



Torta sarda con mele e ricotta



Bonet

CUCINA TRADIZIONALE - N. 75 - BIMESTRALE - € 3,90



P.L. 15-07-2020 AGOSTO/SETTEMBRE